

CARDÁPIO

SALADAS

Opção 1:
Salada Caesar

Opção 2:
Tabule de quinoa
com pepino e tomate



Opção 3:
Mix de folhas, cenoura
e beterraba cítrica



Opção 4:
Salada de grãos com
legumes crocantes
e molho de ervas

PRATOS PRINCIPAIS

Opção 1:
Supreme de frango,
purê de batata-doce e legumes

Opção 2:
Escalopes suínos acebolados,
batatas rústicas e arroz integral



Opção 3:
Almôndegas artesanais,
polenta cremosa e couve



Opção 4:
Tilápia ao perfume siciliano,
arroz dourado e brócolis



Opção 5:
Frango à oriental, arroz branco
e legumes salteados



Opção 6:
Cubos ao molho de ervas,
aipim amanteigado e vagem



Opção 7:
Omelete com
tomatinhos confitados,
batata ao murro e legumes



Opção 8:
Tilápia com purê e arroz integral
com cenoura e amêndoas



**Obs.: Peça uma opção de proteína*
como acompanhamento:**

Bife de gado
Filé de frango
Peixe grelhado

***Exceto para a Opção 1**

BEBIDAS

Água sem gás (500ml)

Água com gás (500ml)

Refrigerante lata (350ml)

Suco de fruta (300ml)



ATENÇÃO AOS HORÁRIOS DOS PEDIDOS:

Almoço: até as 11h.
Jantar: até as 17h.