



Cardápio do R.U - CPAN



Empresa Responsável: M A B LIMA - Cozinha Empresarial

COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 10/10/2022	3ª FEIRA 11/10/2022	4ª FEIRA 12/10/2022	5ª FEIRA 13/10/2022	6ª FEIRA 14/10/2022
SALADA	Mix de folhas Cenoura ralada	Mix de folhas Cenoura e chuchu cozidos	Mix de folhas Beterraba ralada	Mix de folhas Tomate e pepino	Mix de folhosos Cenoura ralada
PRATO PRINCIPAL	Sobrecoxa com molho caipira	Carne de panela	Filé de frango	Linguiça toscana mista	Bife acebolado
OPÇÕES VEGETARIANAS	Macarrão de abobrinha com ervilha e cenoura Ingr.: ervilha e cenoura	Panqueca de quinoa com ervilha e milho Ingr.: farinha de quinoa, ervilha e milho	Ratatouille com molho de carne de soja Ingr.: proteína de soja, tomate, pimentão amarelo, abobrinha	Feijoada vegetariana Ingr.: proteína texturizada de soja, abobrinha, cenoura, batata, couve flor, vagem	Picadinho vegetariano Ingr.: proteína texturizada de soja, vagem, cenoura, batata.
GUARNIÇÃO	Farofa com banana- da-terra	Abóbora refogada	Chips de batata- doce	Farofa de couve	Macarrão alho e óleo
PRATO BASE	Arroz branco Arroz integral Feijão com caldo	Arroz branco Arroz integral Feijão com caldo	Arroz branco Arroz integral Feijão com caldo	Arroz branco Arroz integral Feijão com caldo	Arroz branco Arroz integral Feijão com caldo
SOBREMESA	Melancia	Melão	Abacaxi	Laranja	Melancia
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL	936 cal	828 cal	852 cal	924 cal	929 cal
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL	818 cal	818 cal	881 cal	840 cal	849 cal

