

EMPRESA: ENGLOBAK

NUTRICIONISTA: CRN-9:33910 Caio Henrique de Castro

Data	Salada 1	Salada 2	Prato Base	Guarnição	Prato Principal	Prato Vegetariano	Sobremesa	V.E.T. Proteína Animal	V.E.T. Proteína Vegetal
Segunda 15/12/25	ALFACE	BETERRABA	ARROZ BRANCO INTEGRAL FEIJÃO CARIOCA	FAROFA	LINGUIÇA ASSADA	ABOBRINHA RECHEADA	MELANCIA	998 CAL	822 CAL
Terça 16/12/25	REPOLHO BRANCO	CENOURA	ARROZ BRANCO INTEGRAL FEIJÃO CARIOCA	BATATA DOCE	ARROZ BOLIVIANO	TORTA DE LEGUMES	LARANJA	885 CAL	867 CAL
Quarta 17/12/25	ACELGA C/LARANJA	RÚCULA	ARROZ BRANCO INTEGRAL FEIJÃO CARIOCA	MACARRÃO AO MOLHO BRANCO	COXA E SOBRECOXA EMPANADA	OMELETE RECHEADO	LARANJA	895 CAL	845 CAL
Quinta 18/12/25	PEPINO	VINAGRETE	ARROZ BRANCO INTEGRAL FEIJÃO CARIOCA	MANDIOCA COZIDA	BISTECA SUINA	BOLINHO DE ARROZ	MELÃO	993 CAL	839 CAL
Sexta 19/12/25	TABULE	CHUCHU COZIDO	ARROZ BRANCO INTEGRAL FEIJÃO CARIOCA	BATATA PALHA	STROGONOF F CARNE	STROGONOF F DE PTS	GELATINA	864 CAL	856 CAL

INGREDIENTES DO ALMOÇO.

<p>SEGUNDA Arroz branco e Integral: Óleo de soja, sal, alho. Feijão: Óleo de soja, sal, alho, cebola, pimentão, louro. Prato principal: Linguíça assada Prato Vegetariano: Abobrinha verde, pts, óleo, sal, alho, cheiro verde, tomate, cebola. Guarnição: Farinha de mandioca, cebola, óleo, sal Salada: Alface, Beterraba. Fruta: Melancia</p>	<p>TERÇA Arroz branco e Integral: Óleo de soja, sal, alho. Feijão: Óleo de soja, sal, alho, pimentão, louro. Prato principal: Carne moída, óleo, alho, sal, batata, banana da terra, cebola, tomate, azeitona, milho verde, cheiro verde. Prato Vegetariano: Óleo sal, pts, cebola, batata, cenoura. Guarnição: Batata doce Salada: Repolho branco, cenoura. Fruta: laranja</p>
<p>QUARTA Arroz branco e Integral: Óleo de soja, sal, alho. Feijão: Óleo de soja, sal, alho, cebola, pimentão, louro. Prato principal: Coxa, sal, óleo, alho, vinagre, farinha de trigo Prato Vegetariano: Ovo, sal, óleo, cebola, tomate, queijo. Guarnição: Macarrão, óleo sal, creme de leite Salada: Acelga, laranja, rúcula. Fruta: Laranja</p>	<p>QUINTA Arroz branco e Integral: Óleo de soja, sal, alho. Feijão: Feijão: Óleo de soja, sal, alho, cebola, pimentão, louro. Prato principal: Bisteca suína, sal, óleo, limão. Prato Vegetariano: Arroz, óleo, sal, farinha e trigo, ovo. Guarnição: mandioca cozida Salada: Pepino, cebola, tomate, cheiro verde, sal, azeite, vinagre. Fruta: Melão</p>
<p>SEXTA Arroz branco e Integral: Óleo de soja, sal, alho. Feijão: Óleo de soja, sal, alho, cebola, pimentão, louro. Prato principal: carne bovina, óleo, sal, alho, tomate, pimentão, cebola, louro, creme de leite. Prato Vegetariano: Proteína de soja, óleo, sal, cebola, creme de leite Guarnição: Batata palha. Salada: Farinha de quibe, alface, pepino, sal, cheiro verde, chuchu. Sobremesa: Gelatina</p>	