

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 05/01/26	ALFACE	BETERRABA	ARROZ BRANCO INTEGRAL FEIJÃO CARIOCA	FAROFA DE BANANA	CARNE DE PANELA	PTS AO MOLHO	MELANCIA	879 CAL	853 CAL
Terça 06/01/26	REPOLHO BRANCO	CENOURA	ARROZ BRANCO INTEGRAL FEIJÃO CARIOCA	BATATA DOCE	ARROZ BOLIVIANO	TORTA DE LEGUMES	LARANJA	885 CAL	867 CAL
Quarta 07/01/26	ACELGA C/LARANJA	RÚCULA	ARROZ BRANCO INTEGRAL FEIJÃO CARIOCA	MACARRÃO AO MOLHO	COXA E SOBRECOXA ASSADA	OMELETE RECHEADO	LARANJA	895 CAL	845 CAL
Quinta 08/01/26	PEPINO	VINAGRETE	ARROZ BRANCO INTEGRAL FEIJÃO CARIOCA	MANDIOCA COZIDA	PALETA SUINA	BOLINHO DE ARROZ	MELÃO	993 CAL	839 CAL
Sexta 09/01/26	TABULE	CHUCHU COZIDO	ARROZ BRANCO INTEGRAL FEIJÃO CARIOCA	BATATA PALHA	STROGONOFF DE FRANGO	STROGONOFF DE PTS	PAÇOCA	899 CAL	856 CAL

INGREDIENTES DO ALMOÇO.

SEGUNDA Arroz branco e Integral: Óleo de soja, sal, alho. Feijão: Óleo de soja, sal, alho, cebola, pimentão, louro. Prato principal: Carne bovina, sal, alho, óleo, cebola, cheiro verde, pimentão. Prato Vegetariano: pts, óleo, sal, alho, cheiro verde, tomate, cebola, extrato. Guarnição: Farinha de mandioca, cebola, óleo, sal, banana da terra. Salada: Alface, Beterraba. Fruta: Melancia	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
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. Prato Vegetariano: Ovo, sal, óleo, cebola, tomate, queijo. Guarnição: Macarrão, óleo sal. Salada: Acelga, laranja, rúcula. Fruta: Laranja	QUINTA Arroz branco e Integral: Óleo de soja, sal, alho. Feijão: Feijão: Óleo de soja, sal, alho, cebola, pimentão, louro. Prato principal: Paleta 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
SEXTA Arroz branco e Integral: Óleo de soja, sal, alho. Feijão: Óleo de soja, sal, alho, cebola, pimentão, louro. Prato principal: Peito, óleo, as de Frango, 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, sal, cheiro verde, chuchu. Sobremesa: Paçoca.