

CARDÁPIO - REFEIÇÕES MARMITÉX SÃO CAETANO - DEZEMBRO DE 2015								
1ª	Almoço	29-Nov Domingo	30-Nov Segunda	1-Dec Terça	2-Dec Quarta	3-Dec Quinta	4-Dec Sexta	5-Dec Sabado
	PRATO PRINCIPAL	Strogonoff de Frango	Salsicha ao sugo	Quibe de forno Recheado	Linguiça toscana assada	Picadinho ao molho roty	Filé de frango ao molho de queijo	Carne moída com legumes
	OPÇÃO		Nuggets	Steak	Linguiça	Almôndega	Hamburguer	
	GUARNIÇÃO	Batata Palha	Purê de Batata	Beringela ao forno	Cuscuz de legumes	Legumes refogados	Batata sauté	Repolho ao alho e óleo
	SALADA	Folhas	Legumes	Folhas	Legumes	Folhas	Legumes	Legumes
	SOBREMESA	Doce	Doce	Fruta	Fruta	Doce	Doce	Fruta
2ª	Jantar	29-Nov Domingo	30-Nov Segunda	1-Dec Terça	2-Dec Quarta	3-Dec Quinta	4-Dec Sexta	5-Dec Sabado
	PRATO PRINCIPAL	Hamburguer à Parmegiana	Almôndegas ao sugo	Carne em cubos com molho campanha (cebola e tomate meia lua, com salsa)	Filé de Coxa Assado	Omelete de frios	Steak à parmegiana	Carne de Panela
	OPÇÃO		Omelete de frios	Linguiça assada	Almondegas	Nuggets	Linguiça assada c/ Cebola	
	GUARNIÇÃO	Batata sauté	Virado de legumes	Cenoura Sauté	Creme de Milho	Repolho refogado	Mix Folha Refogado	Berinjela refogada
	SALADA	Folhas	Folhas	Folhas	Folhas	Legumes	Folhas	Folhas
	SOBREMESA	Doce	Doce	Fruta	Doce	Doce	Fruta	Fruta
CARDÁPIO - REFEIÇÕES MARMITÉX SÃO CAETANO - DEZEMBRO DE 2015								
2ª	Almoço	6-Dec DOMINGO	7-Dec SEGUNDA	8-Dec TERÇA	9-Dec QUARTA	10-Dec QUINTA	11-Dec SEXTA	12-Dec SÁBADO
	PRATO PRINCIPAL	Steak de frango à parmegiana	Cupim assado	Carne moída com ervilhas	Frango assado	Salsichas ao molho acebolado	Fricassé de Frango	Copa lombo grelhado
	OPÇÃO		Omelete de forno	Linguiça assada	Hamburguer assado	Almondegas ao Sugo	Steak de Frango	
	GUARNIÇÃO	Cenoura palito na manteiga e cheiro verde	Virado de milho verde	Macarrão à primavera	Escarola ao alho e óleo	Purê de batatas	Batata Palha	Legumes gratinados
	SALADA	Legumes	Folhas	Folhas	Folhas	Folhas	Folhas	Folhas
	SOBREMESA	Fruta	Fruta	Doce	Fruta	Fruta	Doce	Fruta
2ª	Jantar	6-Dec DOMINGO	7-Dec SEGUNDA	8-Dec TERÇA	9-Dec QUARTA	10-Dec QUINTA	11-Dec SEXTA	12-Dec SÁBADO
	PRATO PRINCIPAL	Tiras de frango com legumes	Frango Assado	Peixe ao forno	Carne em tiras	Filé de frango grelhado	Almôndegas à parmegian	Bife acebolado
	OPÇÃO		Salsicha ao Sugo	Omelete de frios	Torta de Legumes	Hamburguer Assado	Linguiça grelhada	
	GUARNIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo	Mix de folhas refogadas	Pirão	Abobrinha com tomate	Creme de milho verde	Polenta de corte	Cenoura refogada
	SALADA	Folhas	Legumes	Folhas	Legumes	Folhas	Legumes	Folhas
	SOBREMESA	Fruta	Doce	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Doce

CARDÁPIO - REFEIÇÕES MARMITÉX SÃO CAETANO - DEZEMBRO DE 2015

	Almoço	13-Dec	14-Dec	15-Dec	16-Dec	17-Dec	18-Dec	19-Dec
		DOMINGO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
3ª	PRATO PRINCIPAL	Picadinho c/ Batata	Hamburguer à Pizzaiolo	Tiras de Frango c/ cebola e shôyu	Linguiça acebolada	Carne moída com molho de tomate	Assado ao molho ferrugem	Peixe ao forno
	OPÇÃO		Nuggets	Carne moída com ervilha	Omelete de legumes	Steak	Almondegas	
	GUARNIÇÃO	Repolho refogado	Batata corada na manteiga	Beringela refogada com orégano e cheiro verde	Mix de folhas ao alho e óleo	Macarrão ao sugo	Farofa/Arroz à Grego	Pirão
	SALADA	Folhas	Legumes	Folhas	Folhas	Folhas	Folhas	Folhas
	SOBREMESAS	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce	Doce	Fruta
3ª	Jantar	13-Dec	14-Dec	15-Dec	16-Dec	17-Dec	18-Dec	19-Dec
		DOMINGO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
	PRATO PRINCIPAL	Frango Xadrez	Cupim Assado	Salsicha com molho de tomates	Almondegas	Copa lombo grelhado	Sobrecoxa de frango assada	Peito de frango ao molho de queijo
	OPÇÃO		Linguiça acebolada	Steak	Almondegas	Nuggets	Salsicha	
	GUARNIÇÃO	Acelga ao bacon	Virado de abobrinha	Purê à Imperatriz (com cubos de presunto)	Cenoura palito refogada com milho	Repolho Refogado	Quibebe com cebolinha	Batata sauté
	SALADA	Folhas	Folhas	Legumes	Folhas	Legumes	Legumes	Folhas
	SOBREMESAS	Fruta	Doce	Fruta	Doce	Fruta	Fruta	Doce

CARDÁPIO - REFEIÇÕES MARMITÉX SÃO CAETANO - DEZEMBRO DE 2015

	Almoço	20-Dec	21-Dec	22-Dec	23-Dec	24-Dec	25-Dec	26-Dec
		DOMINGO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
4ª	PRATO PRINCIPAL	Copa lombo assado ao molho	Salsicha ao sugo	Quibe de forno Recheado	Carne moída com milho verde	Filé de coxa assada	Pernil assado	Picadinho ao M. Rotty
	OPÇÃO		Nuggets	Omelete de frios	Steak de frango	Hamburguer assado	Almôndega	
	GUARNIÇÃO	Couve refogada	Jardineira de legumes	Mix de folhas	Batatas ao forno	Macarrão ao sugo	Farofa colorida/arroz à grega	Repolho ao alho e óleo
	SALADA	Legumes	Folha	Folha	Folha	Legumes	Folha	Legumes
	SOBREMESAS	Fruta	Doce	Fruta	Doce	Fruta	Fruta	Fruta
4ª	Jantar	20-Dec	21-Dec	22-Dec	23-Dec	24-Dec	25-Dec	26-Dec
		DOMINGO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
	PRATO PRINCIPAL	Frango assado	Carne assada	Strogonoff de Carne	Steak à Parmegiana	Pernil assado	Carne em Cubos	Almondegas ao sugo
	OPÇÃO		Nugget's	Omelete de legumes ao forno	Hamburguer	Almondegas	Linguiça c/ Cebola	
	GUARNIÇÃO	Chuchu refogado	Farofa	Batata Palha	Beringela ao forno	Creme de Milho e Arroz à Primavera	Mix Folha Refogado	Macarrão gratinado
	SALADA	Folha	Folha	Folha	Folha	Folha	Legumes	Legumes
	SOBREMESAS	Doce	Doce	Doce	Fruta	Fruta	Doce	Doce

CARDÁPIO - REFEIÇÕES MARMITÉX SÃO CAETANO - DEZEMBRO DE 2015								
5ª	Almoço	27-Dec	28-Dec	29-Dec	30-Dec	31-Dec	1-Jan	2-Jan
		Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sabado
	PRATO PRINCIPAL	Quibe de Forno	Copa Lombo Grelhado	Calabresa assada com c	Filé de coxa assada	Cupim assado	Strogonoff de carne	Carne moída à primavera
	OPÇÃO		Almondega de Frango	Omelete de forno	Nugget's	Hamburguer ao Pizzaiolo	Salsicha ao Sugo	
	GUARNIÇÃO	Seleta de legumes	Virado de Folhas	Batatas coradas	Abobrinha refogada	Farofa	Batata palha	Beringela à napoitan
	SALADA	Folhas	Folhas	Folhas	Folhas	Legumes	Legumes	Folhas
	SOBREMESAS	Doce	Fruta	Fruta	Doce	Fruta	Doce	Fruta
	Jantar	27-Dec	28-Dec	29-Dec	30-Dec	31-Dec	1-Jan	2-Jan
		Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sabado
	PRATO PRINCIPAL	Linguica assada c/ Cebola	Fricassé	Hamburguer ao pizzaiolo	Picadinho de carne	Filé de coxa assada	Cupim assado	Peixe ao forno
	OPÇÃO		Hamburguer	Steak	Nuggets	Linguica assada com cebola	Almondegas	
	GUARNIÇÃO	Couve à Mineira	Batata palha	Jardineira de Legumes	Purê de batata	Abóbora refogada	Panachê de Legumes	Repolho refogado
	SALADA	Folhas	Legumes	Folhas	Folhas	Folhas	Folhas	Legumes
	SOBREMESAS	Fruta	Doce	Doce	Fruta	Doce	Fruta	Doce