

RESTAURANTE - LE GARÇON REFEIÇÕES MARMITEX							
CARDÁPIO DO MÊS: AGOSTO/2015- ALMOÇO							
NUTRICIONISTA: ERICA CITRO							
DATA	SEMANA	PRATO PRINCIPAL	OPÇÃO	GUARNIÇÃO	SALADA 01	SOBREMESA	
1-ago	SÁBADO	FILÉ DE PEIXE AO FORNO		PIRÃO	FOLHAS	DOCE	
2-ago	DOMINGO	SOBRECOXA ASSADA		LEGUMES SAUTÊ	FOLHAS	FRUTA	
3-ago	SEGUNDA	CARNE SUÍNA AO MOLHO ESCURO	NUGGET'S	VIRADO	FOLHAS	DOCE	
4-ago	TERÇA	CARNE DE PANELA	ALMÔNDEGAS DE FRANGO	PURÊ DE BATATAS	LEGUMES	DOCE	
5-ago	QUARTA	ALMÔNDEGAS	STEAK	MACARRÃO AO PIZZAILO	FOLHAS	FRUTA	
6-ago	QUINTA	FRICASSÊ DE FRANGO	SALSICHA AO SUGO	BATATA PALHA	LEGUMES	DOCE	
7-ago	SEXTA	QUIBE DE FORNO	CALABRESA	ABOBRINHA À POMODORE	FOLHAS	DOCE	

RESTAURANTE - LE GARÇON REFEIÇÕES MARMITEX**CARDÁPIO DO MÊS: AGOSTO/2015- ALMOÇO****NUTRICIONISTA: ERICA CITRO**

DATA	SEMANA	PRATO PRINCIPAL	OPÇÃO	GUARNIÇÃO	SALADA 01	SOBREMESA
8-ago	SÁBADO	COPA LOMBO		VIRADO DE FOLHAS	FOLHAS	DOCE
9-ago	DOMINGO	SOBRECOXA ASSADA		MACARRÃO À BOLONHESA	LEGUMES	DOCE
10-ago	SEGUNDA	STEAK DE FRANGO À PIZZAIOLO	OMELETE DE FRIOS	BATATAS CORADAS	FOLHAS	FRUTA
11-ago	TERÇA	PICADINHO À PORTUGUESA	ALMÔNDEGAS AO SUGO	LEGUMES SAUTÊ	FOLHAS	DOCE
12-ago	QUARTA	ESCONDIDINHO DE CALABRESA	HAMBURGUER	REPOLHO REFOGADO	FOLHAS	FRUTA
13-ago	QUINTA	STROGONOFF DE FRANGO	NUGGET'S	BATATA PALHA	FOLHAS	DOCE
14-ago	SEXTA	CUPIM AO MOLHO ROTY	SALSICHA	PURÊ CABOCLO	LEGUMES	FRUTA

RESTAURANTE - LE GARÇON REFEIÇÕES MARMITEX							
CARDÁPIO DO MÊS: AGOSTO/2015- ALMOÇO							
NUTRICIONISTA: ERICA CITRO							
DATA	SEMANA	PRATO PRINCIPAL	OPÇÃO	GUARNIÇÃO	SALADA 01	SOBREMESA	
15-ago	SÁBADO	PERNIL		VIRADO DE REPOLHO	FOLHAS	DOCE	
16-ago	DOMINGO	FILÉ DE COXA ASSADA		CREME DE MILHO	LEGUMES	FRUTA	
17-ago	SEGUNDA	SALSICHA AO SUGO	STEAK	PURÊ DE BATATAS	LEGUMES	DOCE	
18-ago	TERÇA	TIRAS DE CARNE ACEBOLADA	NUGGET'S	QUIBEBE	FOLHAS	FRUTA	
19-ago	QUARTA	FRICASSÊ DE FRANGO	ALMÔNDEGAS AO SUGO	BATATA PALHA	FOLHAS	DOCE	
20-ago	QUINTA	CARNE DE PANELA	HAMBURGUER	MACARRÃO ALHO E ÓLEO E ERVAS	LEGUMES	FRUTA	
21-ago	SEXTA	CARNE MOÍDA A JARDINEIRA	OMELETE DE FRIOS	ABOBRINHA AO FORNO	FOLHAS	DOCE	

RESTAURANTE - LE GARÇON REFEIÇÕES MARMITEX							
CARDÁPIO DO MÊS: AGOSTO/2015- ALMOÇO							
NUTRICIONISTA:ERICA CITRO							
DATA	SEMANA	PRATO PRINCIPAL	OPÇÃO	GUARNIÇÃO	SALADA 01	SOBREMESA	
22-ago	SÁBADO	FRANGO XADREZ		REPOLHO REFOGADO	FOLHAS	FRUTA	
23-ago	DOMINGO	ASSADO AO MOHO CAMPANHA		FAROFA	LEGUMES	DOCE	
24-ago	SEGUNDA	HAMBURGUER AO PIZZAIOLO	STEAK	QUIBEBE	LEGUMES	DOCE	
25-ago	TERÇA	STROGONOFF DE FRANGO	SALSICHA	BATATA PALHA	FOLHAS	DOCE	
26-ago	QUARTA	CARNE EM CUBOS	HAMBURGUER	PURÊ DE BATATAS	LEGUMES	FRUTA	
27-ago	QUINTA	ESCONDIDINHO DE CALABRESA	NUGGET'S	LEGUMES	FOLHAS	DOCE	
28-ago	SEXTA	FILÉ DA COXA ASSADA COM MOLHO DE ERVAS	OMELETE DE FRIOS	CREME DE MILHO	FOLHAS	FRUTA	

RESTAURANTE - LE GARÇON REFEIÇÕES CAPS MARMITEX							
CARDÁPIO DO MÊS:AGOSTO/2015- ALMOÇO							
NUTRICIONISTA: ERICA CITRO							
29-ago	SÁBADO	FILÉ DE PEIXE AO FORNO		PIRÃO	FOLHAS	DOCE	
30-ago	DOMINGO	CARNE ASSADA		POLENTA GRATINADA	FOLHAS	FRUTA	
31-ago	SEGUNDA	LINGUIÇA TOSCANA	STEAK	BATATA SAUTÊ	FOLHAS	DOCE	