

CARDÁPIO SEMANAL

2eat
Restaurante e Lanchonete

ondina
alimentação

		3-jun	4-jun	5-jun	6-jun	7-jun
		Segunda-Feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
ALMOÇO	Entrada	Alface Mimosa Cenoura Fio Couve-flor Vinagrete	Alface e Agrião Maionese de Grãos Beterraba Cozida Vinagrete	Alface Crespa Abobrinha Tomate Vinagrete	Alface Americana Chuchu com Salsa Trigo em Grãos com Cebola Roxa Vinagrete	Mix de Folhas Abóbora Pepino Vinagrete
	Prato Principal	Arroz Branco / Arroz Integral / Feijão Carioca	Arroz Branco / Arroz Integral / Feijão Carioca	Arroz Branco / Arroz Integral / Lentilha	Arroz Branco / Arroz Integral / Feijão Preto	Arroz Branco / Arroz Integral / Feijão Carioca
		Strogonoff de Carne Filé de Frango Grelhado Batata Palha Vagem ao Alho	Filé de Frango ao Molho de Mostarda Carne Moída Mandioca na Manteiga Brócolis ao Vapor	Hamburguer de Maminha Lasanha Gratinada Couve-flor Refogada Ervilha Sautéé	Frango Assado Filé Mignon Suíno com Cebola Caramelizada Farofa de Couve Legumes Coloridos	Filé de Peixe Grelhado com Limão Bife de Alcatra ao Molho Roty Milho na Manteiga Escarola refogada
	Vegetariano	Strogonoff de Palmito	Soja Refogada com Milho	Lasanha de legumes	Torta de Alho Poró	Espetinho de Legumes
	Alternativo	Ovo Mexido / Frito	Ovo Mexido / Frito	Ovo Mexido / Frito	Ovo Mexido / Frito	Ovo Mexido / Frito
	Sobremesa	Fruta	Doce	Fruta	Doce	Fruta
Suco	Suco Polpa	Suco Polpa	Suco Polpa	Suco Polpa	Suco Polpa	

CARDÁPIO SEMANAL

2eat
Restaurante e Lanchonete

ondina
alimentação

		10-jun	11-jun	12-jun	13-jun	14-jun
		Segunda-Feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
ALMOÇO	Entrada	Almeirão Beterraba Ralada Brócolis Vinagrete	Alface Crespa Soja temperada Pepino Vinagrete	Alface Lisa Tomate Berinjela ao forno Vinagrete	Acelga Tabule Vagem Vinagrete	Mix de Folhas Couve-flor Mista de Grãos Vinagrete
	Prato Principal	Arroz Branco /Arroz Integral / Lentilha	Arroz Branco /Arroz Integral / Feijão Carioca	Arroz Branco / Arroz Integral / Feijão Preto	Arroz Branco / Arroz Integral / Feijão Carioca	Arroz Branco / Arroz Integral / Feijão Carioca
		Bife de Panela Isca de Frango Grelhada Purê de Batata Virado de Acelga	Filé de Coxa Grelhado Bife de Alcatra Farfale ao Sugo Creme de Milho	Cubos de Frango Grelhado com Cenoura e Ervilhas Escalope ao Molho Madeira Batata Doce em Rodelas Abobrinha Grelhada	Filé de Peixe ao Molho de Alcaparras Baby Beef Grelhado Batata Sautee Espinafre Refogado	Carne Desfiada Filé de Frango Grelhado Abóbora Rústica Farofa
	Vegetariano	Escondidinho de Legumes	Torta de Legumes	Hamburguer de Lentilha	Omelete dois Queijos	Almondegas de Ervilha
	Alternativo	Ovo Mexido / Frito	Ovo Mexido / Frito	Ovo Mexido / Frito	Ovo Mexido / Frito	Ovo Mexido / Frito
	Sobremesa	Fruta	Doce	Fruta	Doce	Fruta
Suco	Suco Polpa	Suco Polpa	Suco Polpa	Suco Polpa	Suco Polpa	

CARDÁPIO SEMANAL

2eat
Restaurante e Lanchonete

ondina
alimentação

		17-jun	18-jun	19-jun	20-jun	21-jun
		Segunda-Feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
ALMOÇO	Entrada	Alface Crespa Abobrinha Ralada Flor c/ Salsa Vinagrete Couve-	Alface Americana Beterraba Cozida Tomate Vinagrete	Almeirão Repolho Branco Cenoura Cozida Vinagrete	Alface Roxa Berinjela Chuhu com Milho Vinagrete	Mix de Folhas Maionese de Batata Doce Pepino Vinagrete
	Prato Principal	Arroz Branco / Arroz Integral / Feijão Carioca	Arroz Branco / Arroz Integral / Lentilha	Arroz Branco / Arroz Integral / Feijão Carioca	Arroz Branco / Arroz Integral / Feijão Carioca	Arroz Branco / Arroz Integral / Feijão Preto
		Bife de Contra Filé Grelhado Filé de Frango a Pizzaiolo Batata Rústica Cenoura com Ervilhas no Azeite e Finas Ervas	Paillard de Frango Panqueca de Carne Ao Sugo Seleta de Legumes Couve Refogada	Escalape ao Molho Madeira Pernil ao Molho Citrico Penne na Manteiga Brócolis ao Alho	Filé de Peixe Grelhado ao Molho Tártaro Isca de Carne Grelhada Couve-Flor Alho e Óleo Batata Sauté	Carne Moída c/ ervilha Frango Grelhado Legumes Assados Repolho refogado
	Vegetariano	Torta de Palmito	Panqueca de Legumes	Hambúrguer de Soja	Crepe de Queijo	Berinjela Recheada
	Alternativo	Ovo Mexido / Frito	Ovo Mexido / Frito	Ovo Mexido / Frito	Ovo Mexido / Frito	Ovo Mexido / Frito
	Sobremesa	Fruta	Doce	Fruta	Doce	Fruta
Suco	Suco polpa	Suco Polpa	Suco Polpa	Suco Polpa	Suco Polpa	

CARDÁPIO SEMANAL

2eat
Restaurante e Lanchonete

ondina
alimentação

		24-jun	25-jun	26-jun	27-jun	28-jun
		Segunda-Feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
ALMOÇO	Entrada	Alface Americana Cenoura Ralada Milho Cozido Vinagrete	Almeirão Repolho com Tomate Soja Temperada Vinagrete	Alface Crespa Tabule Vagem com Cebola Roxa Vinagrete	Alface Lisa Beterraba Cozida Ervilha Vinagrete	Mix de Folhas Chuchu com Salsa Tomate Vinagrete
	Prato Principal	Arroz Branco / Arroz Integral / Feijão Carioca	Arroz Branco / Arroz Integral / Feijão Preto	Arroz Branco / Arroz Integral / Feijão Carioca	Arroz Branco / Arroz Integral / Feijão Carioca	Arroz Branco / Arroz Integral / Lentilha
		Frango à La King Bife de Alcatra Grelhado Brócolis ao Alho Abóbora Rústica em Lascas	Bife a Rolê Isca de Frango Grelhada Purê de Batata doce Virado de Couve	Filé de Peixe ao Molho de Maracujá Carne em Cubos Batata Corada Espinafre Refogado	Almôndegas ao Sugo Filé de Coxa Assado Fuzilli na Manteiga Abobrinha Refogada	Filé de Frango ao Molho Alho Poró Bife Acebolado Bolinho de Arroz Vagem com Cenoura
	Vegetariano	Batata Recheada	Omete de Forno	Abobrinha Recheada	Almôndegas de Ervilha	Espetinho de Queijo
	Alternativo	Ovo Mexido / Frito	Ovo Mexido / Frito	Ovo Mexido / Frito	Ovo Mexido / Frito	Ovo Mexido / Frito
	Sobremesa	Fruta	Doce	Fruta	Doce	Fruta
Suco	Suco Polpa	Suco Polpa	Suco Polpa	Suco Polpa	Suco Polpa	