



La Família Grill

Cardápio - 17 a 21 de Setembro

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
Pratos Principais	Filé de frango grelhado	Filé de frango grelhado	Filé de frango grelhado	Filé de frango grelhado	Filé de frango grelhado	
	Iscas de carne ao molho ferrugem	Bife à parmegiana	Escalope ao molho	Rabada c/ agrião	Carne assada	
	Frango crocante	Moqueca de peixe	Costelinha suína ao molho de maçãs	Peixe frito	Feijoada	
	Sugestão da casa	Sugestão da casa	Sugestão da casa	Sugestão da casa		
Arroz	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	
	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	
	Arroz Elaborado	Arroz Elaborado	Arroz Elaborado	Arroz Elaborado	Arroz Elaborado	
	Feijão	Feijão preto	Feijão preto	Feijão Preto	Feijão Preto	Feijão Carioca
		Feijão carioca	Feijão mexicano	Tutu de feijão	Feijão carioca	
Proteína de soja	Proteína de soja refogada	Charuto de repolho c/ proteína de soja	Hambúrguer de soja	Proteína de soja c/ ervilha	Proteína de soja c/ milho	
	Farofa	Farofa	Farofa	Farofa	Farofa	
Guarnição	Banana caramelizada	Abacaxi assado	Banana empanada	Abacaxi Caramelizado	Banana frita	
	Macarrão c/ ervas	Nhoque ao molho vermelho	Lasanha de frango	Yakissoba de legumes	Macarrão ao molho pesto	
	Berinjela assada c/ orégano	Pirão de peixe	Couve flor gratinada	Batata ao murro	Couve refogada ao alho crocante	
	Batata doce cozida	Batata frita	Cenoura e chuchu refogado c/ orégano	Polenta cremosa	Chips de abobrinha	
	Creme de espinafre	Jardineira de legumes	Creme de milho	Refogado de legumes	Torresmo	
					Caçarola de legumes	
Saladas	Alface crespa	Alface americana	Alface Crespa	Alface americana	Alface Crespa	
	Alface lisa	Alface mimosa	Alface americana	Alface roxa	Alface mimosa	
	Agrião	Chicória	Acelga	Rúcula	Agrião	
	Tomate fatiado	Tomate fatiado	Tomate fatiado	Tomate fatiado	Tomate fatiado	
	Salada de pepino sofisticada	Batata bolinha assada (com ervas)	Abobrinha agridoce	Moyashe c/ rabanete	Pepino em conserva	
	Cenoura cozida	Cenoura ralada	Cenoura cozida	Cenoura ralada	Cenoura cozida	
	Beterraba ralada	Beterraba cozida	Beterraba ralada	Beterraba cozida	Beterraba ralada	
	Maionese	Maionese	Maionese	Maionese	Maionese	
	Salada Tropical	Salada mediterrânea	Salada Marroquina	Salada Coleslaw	Salpicão s/maionese	
	Salada de macarrão	Salada de macarrão	Salada de macarrão	Salada de macarrão	Salada de macarrão	
	Vinagrete	Vinagrete	Vinagrete	Vinagrete	Vinagrete	
Salada de grãos	Salada de grãos	Salada de grãos	Salada de grãos	Salada de grãos		
Molhos	Mostarda c/salsa	Molho mostarda e mel	Molho mostarda c/orégano	Molho alho cozido ao azeite	Maionese com pimenta calabresa	
	Molho de hortelã	Molho Rosê	Molho de maionese c/alho torrado	Molho mostarda c/manjeriço	Molho mostarda e mel	
Frutas	Mamão	Melão	Abacaxi	Melancia	Laranja	
	Melancia	Melancia	Melão	Goiaba	Mamão	
	Melão	Mamão	Melancia	Mamão	Melancia	

*Cardápio sujeito a alterações

Nutricionistas: Chayane R. Ferreira - CRN1/ 13.300p
Eliene G. Vieira – CRN1/ 10915