

 Vale gourmet Refeições In Company	CARDÁPIO SETEMBRO 2026				
	Segunda-feira 31/08/2026	Terça-feira 01/09/2026	Quarta-feira 02/09/2026	Quinta-feira 03/09/2026	Sexta-feira 04/09/2026
Saladas		Alface, tomate, beterraba cozida, repolho, brócolis	Feriado	Alface, tomate, pepino, chuchu e cenoura, trigo em grão	Mix de alface, tomate, couve flor, brócolis, repolho roxo
Carnes / Aves / Peixes		Frango assado/ Carne moída		Peixe grelhado/ Bife ao molho	Fast food Nuggets de frango (bloco C)/ Frango empanado e assado/ Bolinho de carne assado
Acompanhamentos		Arroz, feijão, macarrão, farofa		Arroz, feijão, batata bolinha assada com ervas	Arroz, feijão, batata palito assada com cheddar fake
Sobremesas		Frutas da estação		Frutas da estação	Gelatina batida/ Frutas da estação
OBS: Todo cardápio pode sofrer alterações devido à safra, local de compra, qualidade do alimento ou mesmo ao paladar coletivo dos alunos.					

 Vale gourmet Refeições In Company	CARDÁPIO SETEMBRO 2026				
	Segunda-feira 07/09/2026	Terça-feira 08/09/2026	Quarta-feira 09/09/2026	Quinta-feira 10/09/2026	Sexta-feira 11/09/2026
Saladas	Feriado	Alface, tomate, beterraba cozida, couve flor, grão de bico	Mix de alface, tomate, brócolis, cenoura cozida, acelga	Alface, tomate, milho, couve flor, cenoura ralada	Alface, tomate, pepino, brócolis, repolho
Carnes / Aves / Peixes		Tiras de lombo ao molho /Bolo de carne assado	Estrogonofe de carne/ Peixe grelhado	Dia do churrasco Linguicinha de frango(bloco C)/ Frango assado/ Tiras de carne e coração	Frango cremoso gratinado/ Bife de lombo grelhado
Acompanhamentos		Arroz, feijão, sopa de lentilha com legumes	Arroz, feijão, purê de batatas	Arroz, feijão, farofa, macarrão (Maionese de batatas bloco C)	Arroz, feijão, batata sorriso assada
Sobremesas		Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Pudim/ Frutas da estação
OBS: Todo cardápio pode sofrer alterações devido à safra, local de compra, qualidade do alimento ou mesmo ao paladar coletivo dos alunos.					

	CARDÁPIO SETEMBRO 2026				
	Segunda-feira 14/09/2026	Terça-feira 15/09/2026	Quarta-feira 16/09/2026	Quinta-feira 17/09/2026	Sexta-feira 18/09/2026
Saladas	Alface, tomate, pepino, milho, brócolis	Alface, tomate, repolho roxo, couve flor, cenoura ralada	Mix de alface, beterraba cozida, tomate, repolho, brócolis	Alface, tomate, chuchu com milho, pepino, cenoura cozida	Alface, tomate, couve flor, repolho e cenoura, pepino
Carnes / Aves / Peixes	Carne moída/ Frango assado	Dia de Pizza (bloco C)/ Lombo assado ao molho/ Bife grelhado	Estrogonofe de frango/ Peixe grelhado	Lasanha de carne/ Tiras de lombo grelhado	Panqueca rosa(beterraba) de frango/ Peixe empanado
Acompanhamentos	Arroz, feijão, macarrão, farofa	Arroz, feijão, sopa de carne e legumes	Arroz, feijão, batata sauté	Arroz, feijão, ovos mexidos	Arroz, feijão, batata palito assada
Sobremesas	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Gelatina/Frutas da estação

OBS: Todo cardápio pode sofrer alterações devido à safra, local de compra, qualidade do alimento ou mesmo ao paladar coletivo dos alunos.

	CARDÁPIO SETEMBRO 2026				
	Segunda-feira 21/09/2026	Terça-feira 22/09/2026	Quarta-feira 23/09/2026	Quinta-feira 24/09/2026	Sexta-feira 25/09/2026
Saladas	Alface, tomate, couve flor, pepino, repolho roxo	Alface, tomate, brócolis, acelga com cenoura, pepino	Mix de alface, beterraba cozida, repolho, grão de bico, tomate	Alface, tomate, cenoura ralada, brócolis, chuchu cozido	Alface, cenoura cozida, tomate, couve flor, beterraba ralada
Carnes / Aves / Peixes	Quibe assado e recheado com requeijão/ Frango ensopado	Lombo suíno assado/ Estrogonofe de carne	Peixe grelhado/ Frango xadrez	Carne assada/ Tiras de lombo crocante	Dia de Massa Lasanha de frango/ Almôndegas ao sugo
Acompanhamentos	Arroz, feijão, polenta cremosa	Arroz, feijão, batata doce rústica	Arroz, feijão, legumes assados, macarrão	Arroz, feijão, ovo cozido, farofa	Arroz, feijão, macarrão, molho de queijo, batata sorriso assada
Sobremesas	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Gelatina/Frutas da estação

 Vale Gourmets Refeições In Company	Segunda-feira 28/09/2026	Terça feira 29/09/2026	Quarta feira 30/09/2026	Quinta feira 01/10/2026	Sexta feira 02/10/2026
	Saladas	Alface, tomate, brócolis, cenoura ralada, pepino	Alface, tomate, milho, couve flor, repolho roxo	Mix de alface, tomate, brócolis, pepino, repolho com cenoura	
	Carnes / Aves/ Peixes	Carne moída/ Frango grelhado	Arroz carreteiro/ Bife de lombo grelhado	Peixe grelhado/ Pastelão integral de carne	
	Acompanhamentos	Arroz, feijão, sopa de legumes e aletria	Arroz, feijão, ovos mexidos, macarrão	Arroz, feijão, purê de batatas	
	Sobremesa	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	
Nutricionista: Ariane Zen CRN10 3016					

|

|

|