



## Cardápio Vegetariano março 2019.

Ovos poche ao sugo com ervilhas,

Ovos mexidos com legumes e queijo

Viradinho de aveia com couve e cenoura ralada,

Talharim com ricota, tomatinho cereja e manjeriçãõ,

Arroz com ervilhas frescas,

Hambúrguer de proteína de soja,

Mini almôndegas de soja,

Salada de grãõ de bico,

Salada de lentilhas,

Suflê de espinafre com queijo,

Brócolis gratinado com queijo,

Queijo minas temperado com tomatinho cereja, cheiro verde e azeite

Quibe de ricota,

Quibe de abóbora,

Tomate recheado com ricota e cheiro verde,

Batata recheada com queijo a cheiro verde,

Berinjela ou abobrinha recheada com queijo,

Panqueca massa de beterraba ou cenoura ou espinafre recheada com queijo,

Lasanha de abobrinha ou berinjela com queijo,

Juliana Simonetti Ribeiro

CRN 2420