



# CARDÁPIO ATOS 2021 USEB

03 a 06 de junho de 2021 – Belo Horizonte - MG

## DESJEJUM PADRÃO

### FRUTAS (6 TIPOS POR REFEIÇÃO)

- \*Melancia;
- \*Melão;
- \*Laranja;
- \*Maçã;
- \*Mamão;
- \*Goiaba;
- \*Banana prata;
- \*Abacaxi;

### CEREAIS

- \*Granola;
- \*Sucrilhos de milho;
- \*Chocobol;
- \*Flocos de milho;

### PADARIA

- \*Biscoitos
- 4 biscoitos caseiros;
- (Salpet, coco, maisena, polvilho e outros) 6 tipos;
- \*Bolos (chocolate, cenoura, milho) 3 tipos;
- \*Torradas;
- \*Pão integral;
- \*Pão Francês;
- \*Pão doce;
- \*Pão de milho;
- \*Pão de queijo;

### CREMES E BEBIDAS

- \*Manteiga e margarina;
- \*Geleias
- \*Mel;
- \*Cevada e chás diversos;
- \*Sucos naturais;
- \*Chocolate Quente;
- \*Leite;
- \*Iogurte;

### OUTROS

- \*Canjicão (1 refeição);
- \*Arroz doce (1 refeição);
- \*Batata cozida;
- \*Mandioca cozida;

# SALADA PADRÃO\*

*\*15 a 25 itens por dia*

- \*Tomate cereja;
- \*Ervilha c/ azeite;
- \*Cenoura Ralada;
- \*Pepino c/ gergelim;
- \*Rabanete fatiado c/ alho porró (3 refeições);
- \*Repolho c/ orégano;
- \*Couve c/ ervas;
- \*Cebola c/ limão e alho;
- \*Alface comum;
- \*Chicória c/ broto de feijão (2 refeições);
- \*Alface americana;
- \*Rúcula c/ azeite doce;
- \*Vagem c/ gergelim (3 refeições);
- \*Almeirão c/ limão;
- \*Beterraba fatiada/ralada;
- \* Grão de bico (2 refeições);
- \*Grão de cevada c/ ervas (2 refeições);
- \*Grão de aveia c/ cheiro verde (2 refeições);
- \*Grão de trigo c/ alcaparras (2 refeições);
- \*Espinafre c/ frutas (2 refeições);
- \*Triguilho c/ ervas finas (2 refeições);
- \*Pimentão c/ ervas;
- \*Cebolas c/ orégano e azeite;
- \*Limão Fatiado;
- \*Molho de ervas finas;
- \*Mozarela com tomates secos (2 refeições);
- \*Laranja fatiada;
- \*Abacaxi em pedaços;
- \*Creme de maionese;
- \*Cebola roxa c/ molho de gengibre (2 refeições);
- \*Melancia em pedaços;
- \*Banana c/ canela (3 refeições);
- \*Salada exótica (3 refeições);
- \*Pimenta biquinho c/ ervas finas (3 refeições);
- \*Acelga ao molho italiano;
- \*Palmito (2 refeições);
- \*Picles;
- \*Cebola em conservas;
- \*Pepino em conserva;
- \*Azeitonas verdes;
- \*Azeitonas pretas;
- \*Milho verde;
- \*Ervilha;
- \*Abobrinha c/ azeite doce;
- \*Repolho roxo c/ ervas;
- \*Soja em grão com ervas finas;
- \*Molhos (alho, limão, etc.);

## CARDÁPIO - QUINTA-FEIRA

### *Jantar*

Arroz a grega;

Feijão em calda;

Sopa de lentilhas com inhame;

Pão integral;

4 tipos de frutas;

3 tipos de biscoitos;

Patê de legumes com azeitonas;

Suco natural (sabores)

## CARDÁPIO - SEXTA-FEIRA

### *Desjejum*

Desjejum Padrão;

### *Almoço*

Arroz branco;

Arroz integral;

Feijão em calda

Macarrão espaguete;

Molhos (vermelho e branco);

Feijão tropeiro com PVT e ovos

mexidos;

**Salada padrão\*;**

Suco natural (sabores);

Sobremesa especial;

### *Jantar*

Arroz a grega;

Feijão em calda;

Sopa de lentilhas com inhame;

Pão integral;

4 tipos de frutas;

3 tipos de biscoitos;

Patê de legumes com azeitonas;

Suco natural (sabores)

Caldos diversos;

## CARDÁPIO - SÁBADO

### *Desjejum*

Desjejum Padrão;

### *Almoço*

Arroz branco;

Arroz integral;

Feijão em calda;

Torta de legumes;

Macarrão alho e óleo;

Ovos;

Batata frita;

**Salada padrão\***

Suco natural (sabores);

Sobremesa: Açai;

Prato surpresa;

### *Jantar*

Arroz branco;

Feijão em calda;

Ensopado de batata com PVT;

Salada básica;

Pão integral;

Recheios (patê e molho de PVT);

Canjicão;

4 tipos de frutas;

3 tipos de biscoitos;

Suco natural (sabores);

Caldos diversos;

## CARDÁPIO - DOMINGO

### *Desjejum*

Desjejum Padrão;

### *Almoço*

Arroz branco;

Feijão em calda;

Assado de trigoilho;

Ensopado de mandioca;

Farofa de legumes com PVT;

Suco natural (sabores);

Batata frita;

**Salada padrão\*;**

Sobremesa super especial;

***O CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES CONSTATADA A NECESSIDADE***



## Orçamento - Alimentação

# Atos 2021 USEB

03 a 06 de junho de 2021 – Belo Horizonte - MG

### VALOR INCLUI:

- Alimentação do jantar do dia 03 de junho até o almoço do dia 06 de junho;
- Kit com copo, prato e talheres descartáveis;
- Transporte da equipe da Mega Cozinha;
- Transporte de alimentos e equipamentos usados pela nossa equipe;
- Pagamento da equipe da Mega Cozinha;
- Seguro de toda equipe da Mega Cozinha;
- Estrutura para fabricação e para servir os alimentos;

### VALORES

Valor a vista por pessoa: R\$ 164,00

Parcelado no depósito/transferência: 26/02/2021 - 26/03/2021 - 30/04/2021

Parcelado: Em até 6x no cartão de crédito. Confira no site [megacozinha.com](http://megacozinha.com)

Valor sem nenhum desjejum a vista: R\$ 134,00

Parcelado no depósito/transferência: 26/02/2021 - 26/03/2021 - 30/04/2021

Parcelado: Em até 6x no cartão de crédito. Confira no site [megacozinha.com](http://megacozinha.com)

### RESERVA

As reservas devem ser feitas diretamente no site da Mega Cozinha.

Existe uma área reservada para o evento.

Após preencher o formulário de reserva, o clube receberá por e-mail as instruções para o pagamento.

Link para navegar no nosso site: [www.megacozinha.com](http://www.megacozinha.com)

*Crianças até 4 anos e 11 meses na data do evento não pagam.*

*Crianças de 5 anos até 8 anos e 11 meses na data do evento pagam metade.*

*Crianças a partir de 9 anos pagam integral.*