



Fort refeições e
eventos Ltda

Cardápio de 17 a 21/11/2025

Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
Saladas	Saladas	Saladas		
Alface	Rúcula	Mix de folhas		
Cenoura	Rabanete	Beterraba		
Molho mostarda	Molho shoyu	Molho de ervas		
Acompanhamentos	Acompanhamentos	Acompanhamentos	FERIADO	FECHADO
Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado		
Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral		
Feijão	Feijão	Feijão		
Proteína de soja ao molho	Ervilha	Proteína de soja		
Batata baby	Farofa de biju	Macarrão alho e óleo		
Carne	Carne	Carne		
Linguiça de frango	Suíno assado ao molho de laranja agridoce	Almôndegas ao molho ferrugem		
Sobremesa	Sobremesa	Sobremesa		
Banana	Laranja	Maçã		

Cardápio elaborado pela nutricionista Fernanda Grezski Bitencourt. CRN4171

Cardápio sujeito à alterações sem aviso prévio*.

LISTA DE INGREDIENTES DAS PREPARAÇÕES

Segunda feira – 17/11/2025

Saladas:

Alface (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Cenoura: (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Molho mostarda: Água, vinagre, mostarda amarela e sal. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Acompanhamentos:

Arroz parboilizado: Arroz parboilizado, água, óleo de soja e sal. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Arroz integral: Arroz integral, água, óleo de soja e sal. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Feijão: Feijão, (podendo variar em preto, carioca ou vermelho), água, óleo de soja, louro em folhas, alho, cebola, sal. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Proteína de soja ao molho: Proteína texturizada de soja, cebola, tomate, extrato de tomate, manjeriçã, óleo de soja e sal. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Batata baby: Batata inglesa, água, açafrão e sal. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal).

Linguiça de frango: (Não contém glúten, não contém lactose, contém produtos de origem animal)

Fruta: Banana (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

LISTA DE INGREDIENTES DAS PREPARAÇÕES

Terça feira – 18/11/2025

Saladas:

Rúcula (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Rabanete (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Molho shoyu: Água, vinagre, shoyu, ervas finas e sal. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Acompanhamentos:

Arroz parboilizado: Arroz parboilizado, água, óleo de soja e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Arroz integral: Arroz integral, água, óleo de soja e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Feijão: Feijão, (podendo variar em preto, carioca ou vermelho), água, óleo de soja, louro em folhas, alho, cebola, sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Ervilha: Ervilha partida, óleo de soja, sal, páprica picante, cheiro verde, cebola, tomate e alho. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Farofa de biju: Flocão de milho, óleo de soja, cebola e sal. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Suíno ao molho de laranja: Lombo suíno, chimichurri, pimenta calabresa, páprica doce, sal, laranja pera e açúcar. (Não contém glúten, não contém lactose, contém produtos de origem animal).

Fruta: Laranja (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

LISTA DE INGREDIENTES DAS PREPARAÇÕES

Quarta feira – 19/11/2025

Saladas:

Mix de folhas: Rúcula e Alface (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Beterraba (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Molho de ervas: Água, vinagre, orégano, ervas finas e sal. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Acompanhamentos:

Arroz parboilizado: Arroz parboilizado, água, óleo de soja e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Arroz integral: Arroz integral, água, óleo de soja, alho, cebola e sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Feijão: Feijão, (podendo variar em preto, carioca ou vermelho), água, óleo de soja, louro em folhas, alho, cebola, sal. (não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Proteína de soja: Proteína texturizada de soja, cebola, tomate, cenoura, óleo de soja e sal. (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Macarrão ao alho e óleo: Massa de sêmola de trigo, alho, óleo de soja e sal. (Contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)

Almôndegas ao molho madeira: Almôndega bovina industrializada, sal, cheiro verde, cebola, tomate e molho madeira pronto. (Não contém glúten, não contém lactose, contém produtos de origem animal)

Fruta: Maçã (Não contém glúten, não contém lactose, não contém produtos de origem animal)