

<i>Dia</i>	<i>Saladas</i>	<i>Prato principal</i>	<i>Acompanhamento</i>	<i>Guarnição</i>	<i>Sobremesa</i>
01 (qua)	Alface / Tomate / Lentilha	Omelete pizzaiolo	Arroz branco / feijão carioca	Cenoura no azeite	Fruta
02 (qui)	Alface / Tomate / Beterraba	Cubos de frango com abóbora	Arroz branco / feijão carioca	Batata doce	Fruta
03 (sex)	Alface / Tomate / Cenoura	Carne moída com batata	Arroz branco / feijão carioca	Farofa de farinha de milho com cenoura	Fruta
06 (seg)	Alface / Tomate / Maionese	Frango assado	Arroz branco / feijão carioca	Mix legumes	Fruta
07 (ter)	Alface / Tomate / Pepino	Cubos de carne com mandioca	Arroz branco / Feijão carioca	Ervilhas frescas	Fruta
08 (qua)	Alface / Tomate / Beterraba	Cubos de frango refogados c/ abobrinha	Arroz branco / feijão carioca	Farofa simples	Fruta
09 (qui)	Alface / Tomate / milho com ervilha	Carne louca	Arroz branco / feijão carioca	Macarrão ao sugo	Fruta
10 (sex)	Alface / Tomate / Batata doce	Estrogonofe de frango	Arroz branco / feijão carioca	Brócolis no azeite	Fruta
13 (seg)	Alface / Tomate / Grão de bico	Filé de frango grelhado	Arroz branco / feijão carioca	Brócolis refogado	Fruta
14 (ter)	Alface / Tomate / Cenoura	Carne assada	Arroz branco / feijão preto	Virado de couve	Fruta
15 (qua)	Alface / Tomate / Rúcula	Isca de frango com chuchu	Arroz branco / feijão carioca	Batata palito assada	Fruta
16 (qui)	Alface / Tomate / Batata	Carne moída c/ tomate	Arroz branco / feijão carioca	Macarrão ao sugo	Fruta
17 (sex)	Alface / Tomate / Ervilha	Ovos mexidos	Arroz branco / feijão carioca	Cenoura refogada	Fruta
20 (seg)	Alface / Tomate / Grão de bico	Isclas de frango c/ abóbora	Arroz branco / feijão carioca	Acelga refogada	Fruta
21 (ter)	Alface / Tomate / Beterraba	Carne moída com batata	Arroz branco / feijão carioca	Cenoura na manteiga	Fruta
22 (qua)	Alface / Tomate / Pepino	Ovos estrelados (chapa)	Arroz branco / feijão carioca	Abobrinha refogado	Fruta
23 (qui)	Alface / Tomate / Chuchu	Bife a milanesa	Arroz branco / feijão carioca	Macarrão ao sugo	Fruta
24 (sex)	Alface / Tomate / Rúcula	Cubos de frango com tomate	Arroz branco / feijão carioca	Farofa	Fruta
27 (seg)	Alface / Tomate / Ervilha	Escondidinho de carne	Arroz Brócolis / feijão carioca	Couve flor sautee	Fruta
28 (ter)	Alface / Tomate / Milho	Carne moída c/ abóbora	Arroz branco / feijão carioca	Farofa de farinha de milho c/ palmito	Fruta
29 (qua)	Alface / Tomate / Beterraba	Cubos de frango c/ tomate fresco	Arroz branco / feijão carioca	Abobrinha refogada	Fruta
30 (qui)	Alface / Tomate / Pepino	Filé de frango grelhado	Arroz branco / feijão carioca	Macarrão ao sugo	Fruta
31 (sex)	Alface / Tomate / Batata	Bife acebolado	Arroz branco / feijão carioca	Ovos de codorna	Fruta

*Cardápio elaborado pela Nutricionista Dr^a Patricia Marques, CRN3 28340 e está sujeito a substituições conforme sazonalidade e qualidade de FLV (frutas, legumes e verduras).