

		5ª Feira			6ª Feira		
		1/jul			2/jul		
<b>1ª Semana</b>	<b>Almoço</b>	Salada*				Sal. de alface e couve-flor	Sal. de acelga e ervilha
		Proteína				Carne desfiada	Bife de panela
		2ª Proteína				Frango à pizzaiolo	Escondidinho de frango
		Guarnição				Brócolis ao vapor	Couve-flor ao vapor
		Prato Base**				Arroz branco	Arroz branco
					Feijão Carioca	Feijão Carioca	
					Banana Prata	Canjica	
					Suco de limão	Suco de abacaxi e hortelã	
		5/jul	6/jul	7/jul	8/jul	9/jul	
<b>2ª Semana</b>	<b>Almoço</b>	Salada*	Sal. de agrião e beterraba	Sal. de escarola, tomate e pepino	Sal. de repolho e tomate	Sal. de alface e pepino	Sal. de rúcula e beterraba
		Proteína	Frango com legumes	Hamburguer com queijo	Iscas de Peixe	Carne com vegetais	Linguça acebolada
		2ª Proteína	Carne moída	Spaguete ao sugo	Omelete de queijo	Frango em tiras	Frango com gergelim
		Guarnição	Creme de milho		Purê de batata	Pastel assado de queijo	Refogado de legumes
		Prato Base**	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
		Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	
		Mamão	Salada de Frutas	Gelatina de framboesa	Uva	Arroz doce	
		Suco de manga	Suco acerola e laranja	Suco de abacaxi e hortelã	Suco de melancia com limão e hortelã	Suco de melão	
		12/jul	13/jul	14/jul	15/jul	16/jul	
<b>3ª Semana</b>	<b>Almoço</b>	Salada*	Sal. de alface lisa, tomate e beterraba	Sal. de repolho e tomate	Sal. de alface roxa e tomate	Sal. de alface e couve-flor	Sal. de agrião e beterraba
		Proteína	Fricasse de frango	Bife grelhado	Feijoada Light	Frango à milanesa	Iscas de Frango
		2ª Proteína	Carne em cubos		Frango grelhado com ervas	Carne refogada	Kibe assado
		Guarnição	Brócolis ao vapor	Macarrão cremoso	Couve com bacon	Milho na espiga	Legumes orientais
		Prato Base**	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
		Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca	Feijão Carioca	
		Melancia	Uva	Pêra	Banana Prata	Paçoquinha de colher	
		Suco de laranja	Suco de goiaba	Suco de maracujá	Suco de abacaxi e hortelã	Suco de limão	

\*Salada - Será oferecido diáreamente a opção de alface.

\*\*Prato Base - Nos dias em que for servido arroz integral, serviremos como 2ª opção o arroz branco.

Cardápio sujeito a alterações. | As frutas poderão variar de acordo com a maturação no momento de ser servida.

Cardápio Desenvolvido por: Gabriela Cavaca CRN3: 28.154

		2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	
		19/jul	20/jul	21/jul	22/jul	23/jul	
<b>4ª Semana</b>	<b>Almoço</b>	Salada*	Sal. de cenoura e beterraba	Sal. de alface roxa, rúcula e pepino	Sal. de beterraba e brócolis	Sal. de rúcula e tomate	Sal. de repolho e milho
		Proteína	Frango desfiado	Lasanha à bolonhesa	Carne moída com legumes	Coxinha de frango assada	Frango xadrez
		2ª Proteína	Bife de panela		Peixe empanado	Carne com vegetais	Ovos cozidos
		Guarnição	Batata frita	Legumes na manteiga	Purê de batata	Polenta com molho	Brócolis ao vapor
			Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
		Prato Base**			Arroz integral		
		Sobremesa	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca
		Bebida	Abacaxi	Banana Prata	Gelatina de morango	Melancia	Bolo de choc. granulado
	Água de coco com manga	Suco de limão	Suco de abacaxi e hortelã	Suco de laranja	Suco de melancia		
		26/jul	27/jul	28/jul	29/jul	30/jul	
<b>5ª Semana</b>	<b>Almoço</b>	Salada*	Sal. de beterraba e brócolis	Sal. de cenoura e beterraba	Sal. de repolho e tomate	Sal. de alface e couve-flor	Sal. de acelga e ervilha
		Proteína	Estrogonof de frango		Frango com tomate e pimentão	Isclas de carne acebolada	Bife de panela
		2ª Proteína	Omelete com ervilha, tomate e ervas		Carne ao molho	Frango ensopado	Frango em cubos
		Guarnição	Batata palha	Panqueca de carne	Abobrinha refogada	Farofa de banana	Pastel assado de queijo
			Arroz branco	Couve-flor na manteiga		Arroz à grega	Creme de milho
		Prato Base**		Arroz branco	Arroz branco		Arroz branco
		Sobremesa	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca
		Bebida	Banana Prata	Gelatina de uva	Pêra	Uva	Mousse de maracujá
	Suco de abacaxi e hortelã	Suco acerola e laranja	Suco de maracujá	Suco de limão	Suco de abacaxi e hortelã		

\*Salada - Será oferecido diáreamente a opção de alface.

\*\*Prato Base - Nos dias em que for servido arroz integral, serviremos como 2ª opção o arroz branco.

Cardápio sujeito a alterações. | As frutas poderão variar de acordo com a maturação no momento de ser servida.

Cardápio Desenvolvido por: Gabriela Cavaca CRN3: 28.154