

		2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	
					6/jan	7/jan	
1ª Semana	Almoço	Salada*				Salada de Couve-flor	Salada de Agrião com Manga
		Proteína				Frango à Milanese	Omelete de Queijo
		2ª Proteína				Carne ao Molho	Bife Acebolado
		Guarnição				Batata Assada com Alecrim	Creme de Espinafre
		Prato Base**				Arroz Branco	Arroz Branco
		Sobremesa				Feijão Carioca	Feijão Carioca
		Bebida				Banana com Aveia	Mousse de Maracujá
						Suco de Melancia com Limão	Suco de Abacaxi com Hortelã
		10/jan	11/jan	12/jan	13/jan	14/jan	
2ª Semana	Almoço	Salada*	Salada de Grão de Bico	Salada de Rúcula com Ovos de Codorna	Salada de Alface com Ervilha	Salada de Cenoura	Salada de Beterraba
		Proteína	Omelete de Abobrinha	Panqueca de Carne	Peixe à Milanese	Bife ao Forno Gratinado	Carne Desfiada
		2ª Proteína	Bife à Rolê	ao Molho de Tomate Caseiro	Ovos Cozidos	Frango em Cubos	Estrogonode de Frango
		Guarnição	Legumes na Manteiga	Escarola Refogada	Purê de Batata	Vagem ao Vapor	Batata Palha
		Prato Base**	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
		Sobremesa	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca
		Bebida	Laranja Lima	Salada de Frutas	Gelatina de Morango	Banana Prata	Picolé de Fruta
			Suco de Manga	Suco de Caju	Suco de Goiaba	Suco de Uva	Suco de Melancia com Hortelã
		17/jan	18/jan	19/jan	20/jan	21/jan	
3ª Semana	Almoço	Salada*	Sal. De Alface com Rabanete	Sal. De Agrião com Tomate Cereja	Salada de Repolho	Salada de Acelga com Milho	Sal. De Rúcula com Queijo
		Proteína	Carne Assada	Isclas de Carne	Carne Moída com Legumes	Torta de Carne	Mussarela em Cubos e Tomate
		2ª Proteína	Ovos Mexidos com Tomate	Macarrão à Carbonara	Fricasse de Frango	Hambúrguer de Carne	Ovos Mexidos com Legumes
		Guarnição	Mandioca Cozida	Arroz Branco	Beterraba Cozida	Refogado de Legumes	Repolho Refogado
		Prato Base**	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
		Sobremesa	Feijão Preto	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca
		Bebida	Melancia	Mexerica	Melão	Maçã	Mousse de Limão
			Suco de Laranja com Acerola	Suco de Caju	Suco de Abacaxi com Hortelã	Suco de Bacaxi c/ Hortelã	Água de Coco

**Prato Base - Todas as Quartas-Feiras, é servido Arroz Integral.

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	
		24/jan	25/jan	26/jan	27/jan	28/jan	
4ª Semana	Almoço	Salada*	Sal. De Acelga com Cenoura	Sal. De Beterraba	Sal. De Repolho	Sal. De Alface com Tomate	Sal. De Agrião com Manga
		Proteína	Estrogonofe de Carne	Lasanha à Bolonhesa	Peixe Empanado	Carne Desfiada	Estrogonode de Frango
		2ª Proteína	Omelete de Queijo		Carne em Cubos com Cenoura	Coxa de Frango Assada	Ovos Cozidos com Cenoura e Chuchu
		Guarnição	Batata Palha	Chuchu Refogado	Purê de Batata	Creme de Milho	Batata ao Forno com Alecrim
		Prato Base**	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz com Brócolis
			Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca
		Sobremesa	Abacaxi com Raspas de Limão	Salada de Frutas	Gelatina de Uva	Mamão	Mousse de Chocolate
Bebida	Suco de Maracujá	Suco de Manga	Suco de Laranja	Suco de Caju	Suco de Goiaba		
		31/jan					
5ª Semana	Almoço	Salada*	Sal. De Rúcula com Tomate				
		Proteína	Picadinho de Carne c/ Batata				
		2ª Proteína	Ovos Mexidos com Tomate				
		Guarnição	Milho na Espiga				
		Prato Base**	Arroz Branco				
			Feijão Preto				
		Sobremesa	Banana Prata				
Bebida	Suco de Laranja com Beterraba						

**Prato Base - Todas as Quartas-Feiras, é servido Arroz Integral.

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