

		2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	
1ª Semana	Almoço	Salada*				1/seg	
		Proteína				Salada de Tomate com Manjeriçao	
		2ª Proteína				Fricassê de Frango	
		Guarnição				Bife de Panela c/ Cenoura	
		Prato Base**				Brócolis ao Vapor	
		Bebida				Arroz Branco	
		Sobremesa				Feijão Carioca	
						Suco de Manga	
						Abacaxi com Raspas de Limão	
		4/seg	5/seg	6/seg	7/seg	8/seg	
2ª Semana	Almoço	Salada*	Salada de Acelga	Salada de Almeirão Fatiadinho	Salada de Beterraba	Salada de Rúcula	Salada de Pepino
		Proteína	Ovos Mexidos com Queijo	Penne ao Molho Pomodoro	Feijoadada	Iscas de Carne Acebolada	Frango à Parmegiana
		2ª Proteína	Escondidinho de Carne	Frango Grelhado	Ovos Cozidos com Legumes	Nuggets de Frango Caseiro	Picadinho de Carne c/ Mandioca
		Guarnição	Abóbora Refogada	Legumes Assados	Farofa de Couve	Creme de Milho	Couve-Flor ao Vapor
		Prato Base**	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
		Bebida	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca	Feijão Carioca
		Sobremesa	Suco de Uva Integral	Suco de Laranja com Mamão	Limonada	Suco de Caju	Suco de Abacaxi com Hortelã
			Maçã	Salada de Frutas	Laranja Lima	Melão	Mousse de Chocolate
		11/seg	12/seg	13/seg	14/seg	15/seg	
3ª Semana	Almoço	Salada*	Salada de Cenoura c/ Alecrim	Salada de Pepino	Salada de Acelga c/ Vinagrete	Salada de Beterraba	Salada de Agrião c/ Tomate
		Proteína	Omelete com Tomate	Panqueca de Carne	Frango Ensopado	Coxa/Sobrexoca Assada	Carne em Tiras com Vegetais
		2ª Proteína	Estrogonofe de Frango	ao Molho de Tomate	Iscas de Peixe	Carne Desfiada com Legumes	Frango Desfiado
		Guarnição	Batata Palha	Vagem na Manteiga	Purê de Batata	Abobrinha Refogada	Polenta Cremosa
		Prato Base**	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
		Bebida	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca
		Sobremesa	Suco de Maracujá	Suco de Melancia com Limão	Suco de Morango	Suco de Laranja	Suco de Goiaba
			Mexerica	Manga	Maçã	Banana	Mamão

\*\*Todos os dias, é servido Salada de Alface e Tomate.

\*\*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	4ª Feira	4ª Feira	
		18/set	19/set	20/set	21/set	22/set	
4ª Semana	Almoço	Salada*	Salada de Couve Fatiadinha	Salada de Pepino	Salada de Escarola	Salada de Acelga com Beterraba	Salada de Tabule
		Proteína	Bife à Rolê sem Palito	Parafuso ao Molho Sugo	Frango Xadrez	Frango Cozido com Legumes	Picadinho de Carne c/ Batata Doce
		2ª Proteína	Omelete com Legumes	Almôndega de Carne	Carne em Tiras ao Molho	Kibe Assado	Frango Grelhado
		Guarnição	Batata Frita	Legumes na Manteiga	Repolho Refogado	Brócolis ao Vapor	Farofa de Ovos
		Prato Base**	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
			Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca
		Bebida	Suco de Uva Integral	Suco de Manga	Suco de Maracujá	Suco de Melancia com Hortelã	Suco de Morango
Sobremesa	Pêra	Salada de Frutas	Maçã	Gelatina de Uva	Banana		
		25/set	26/set	27/set	28/set	29/set	
5ª Semana	Almoço	Salada*	Salada de Repolho com Cebola Roxa	Salada de Berinjela	Salada de Agrião Fatiadinho	Salada de Pepino	Salada de Cenoura
		Proteína	Estrogonofe de Carne	Lasanha à Bolonhesa	Iscas de Peixe	Frango à Milanese	Iscas de Frango Acebolado
		2ª Proteína	Ovos Mexidos com Queijo		Carne em Cubos ao Molho	Bife de Panela	Carne Desfiada com Pimentão
		Guarnição	Batata Palha	Acelga Refogada	Purê de Batata	Creme de Milho	Couve-Flor Gratinada
		Prato Base**	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
			Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca
		Bebida	Suco de Laranja com Acerola	Suco de Goiaba	Suco de Abacaxi com Hortelã	Suco de Caju	Suco de Uva Integral
Sobremesa	Maçã	Banana	Mamão	Melão	Laranja Lima		

\*\*Todos os dias, é servido Salada de Alface e Tomate.

\*\*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