

		2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	
			1/out	2/out	3/out	4/out	
1ª Semana	Almoço	Salada*	Salada de Acelga	Salada de Rúcula com Tomate	Salada de Cenoura com Mel	Salada de Repolho Roxo	
		Proteína	Penne à Bolonhesa	Isclas de Peixe	Frango Gratinado	Estrogonofe de Carne	
		2ª Proteína	Carne Moída	Picadinho de Carne	Carne Desfiada com Legumes	Frango de Panela	
		Guarnição	Vagem na Manteiga	Purê de Batata	Creme de Milho	Batata Palha	
		Prato Base**	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	
		Bebida	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca	
		Sobremesa	Suco de Manga	Suco de Abacaxi com Hortelã	Suco de Laranja	Suco de Caju	
			Pêra	Banana	Melancia	Mamão	
		7/out	8/out	9/out	10/out	11/out	
2ª Semana	Almoço	Salada*	Salada de Almeirão Fatiadinho	Salada de Tomate com Manjericão	Salada de Agrião com Manga	Salada de Beterraba	Vinagrete
		Proteína	Ovos Mexidos com Tomate e Cebola	Panqueca à Bolonhesa	Coxa/Sobrecoxa Assada	Frango Xadrez	Bife à Milanese Assado
		2ª Proteína	Nuggets de Frango Caseiro	Carne Moída	Bife Grelhado	Fritada de Ovos	Frango Desfiado com Milho
		Guarnição	Abobrinha Refogada	Escarola Refogada	Creme de Milho	Brócolis ao Vapor	Purê de Batata
		Prato Base**	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
		Bebida	Feijão Preto	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca
		Sobremesa	Suco de Laranja	Suco de Maracujá	Suco de Morango	Suco de Melancia	Suco de Caju
		Maçã	Salada de Frutas	Laranja Lima	Mexerica	Mousse de Limão	
		14/out	15/out	16/out	17/out	18/out	
3ª Semana	Almoço	Salada*	Salada de Repolho	Salada de Vagem c/ Cenoura	Salada de Rúcula com Tomate	Mix de Folhas	Salada de Couve-Flor
		Proteína	Ovos Cozidos com Legumes	Parafuso ao Molho Sugo	Kibe Assado	Omelete de Queijo	Carne em Cubos
		2ª Proteína	Torta Madalena	Hambúrguer de Carne	Frango Ensopado	Estrogonofe de Frango	Frango Assado
		Guarnição	Espinafre Refogado	Couve na Manteiga	Batata Cozida	Batata Palha	Farofa de Legumes
		Prato Base**	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
		Bebida	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Preto
		Sobremesa	Suco de Laranja	Suco de Abacaxi com Hortelã	Suco de Goiaba	Suco de Uva Integral	Suco de Morango
		Manga	Banana	Mamão	Laranja Lima	Gelatina de Uva	

**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	5ª Feira	6ª Feira	
		21/out	22/out	23/out	24/out	25/out	
4ª Semana	Almoço	Salada*	Salada de Beterraba	Salada de Acelga	Salada de Tomate com Manjeriçao	Salada de Cenoura	Salada de Almeirão Fatiadinho
		Proteína	Omelete com Ervilha e Legumes	Lasanha à Bolonhesa	Isclas de Peixe	Bife à Parmegiana	Carne Gratinada
		2ª Proteína	Fricassê de Frango	Carne Moída	Frango em Tiras com Legumes	Frango Oriental	Frango ao Molho de Maracujá
		Guarnição	Cenoura na Manteiga	Legumes na Manteiga	Purê de Batata	Couve na Manteiga	Escarola Refogada
		Prato Base**	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
			Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Preto
		Bebida	Suco de Maracujá	Suco de Laranja	Suco de Morango	Suco de Maracujá	Suco de Goiaba
Sobremesa	Maçã	Melancia	Abacaxi com Raspas de Limão	Banana	Gelatina de Morango		
		28/out	29/out	30/out	31/out		
5ª Semana	Almoço	Salada*	Salada de Repolho	Salada de Couve Fatiadinha	Salada de Agrião	Salada de Beterraba com Manjeriçao	
		Proteína	Isclas de Carne	Fettuccine ao Molho Sugo	Estrogonofe de Carne	Frango Grelhado	
		2ª Proteína	Ovos Mexidos com Queijo Branco e Orégano	Almôndega Caseira	Isclas de Frango Acebolado	Torta Madalena	
		Guarnição	Vagem na Manteiga	Legumes na Manteiga	Batata Palha	Brócolis ao Vapor	
		Prato Base**	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	
			Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	
		Bebida	Suco de Laranja	Suco de Morango	Suco de Goiaba	Suco de Manga	
Sobremesa	Pêra	Abacaxi com Raspas de Limão	Melancia	Maçã			

**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