

|                  |               | 2ª Feira     | 3ª Feira                   | 4ª Feira                           | 5ª Feira                     | 6ª Feira                               |                            |
|------------------|---------------|--------------|----------------------------|------------------------------------|------------------------------|--|----------------------------|
|                  |               | 2/set        | 3/set                      | 4/set                              | 5/set                        | 6/set                                  |                            |
| <b>1ª Semana</b> | <b>Almoço</b> | Salada*      | Salada de Acelga           | Salada de Beterraba com Manjeriçao | Salada de Cenoura com Mel    | Salada de Repolho com Milho            | Salada de Couve Fatiadinha |
|                  |               | Proteína     | Fritada de Ovos com Batata | Penne à Bolonhesa                  | Bife Grelhado Acebolado      | Kibe Assado                            | Frango à Parmegiana        |
|                  |               | 2ª Proteína  | Bife de Panela             | Carne Moída                        | Frango Ensopado              | Frango Xadrez                          | Picadinho de Carne         |
|                  |               | Guarnição    | Legumes Refogados          | Brócolis ao Vapor                  | Purê de Batata               | Creme de Milho                         | Vagem Refogada             |
|                  |               | Prato Base** | Arroz Branco               | Arroz Branco                       | Arroz Branco                 | Arroz Branco                           | Arroz Branco               |
|                  |               | Bebida       | Feijão Carioca             | Feijão Carioca                     | Feijão Carioca               | Feijão Carioca                         | Feijão Carioca             |
|                  |               | Sobremesa    | Suco de Caju               | Suco de Goiaba                     | Limonada                     | Suco de Morango                        | Suco de Manga              |
|                  |               | 9/set        | 10/set                     | 11/set                             | 12/set                       | 13/set                                 |                            |
| <b>2ª Semana</b> | <b>Almoço</b> | Salada*      | Salada de Rúcula           | Salada de Acelga                   | Salada de Tomate com Orégano | Salada de Almeirão Fatiadinho          | Salada de Repolho          |
|                  |               | Proteína     | Omelete com Queijo Branco  | Lasanha à Bolonhesa                | Isclas de Peixe              | Bife à Rolê sem Palito                 | Fricassê de Frango         |
|                  |               | 2ª Proteína  | Nuggets de Frango Caseiro  | Carne Moída                        | Carne Desfiada               | Frango em Tiras Acebolado              | Carne em Cubos             |
|                  |               | Guarnição    | Beterraba Cozida           | Legumes na Manteiga                | Purê de Batata               | Couve-Flor ao Vapor                    | Abobrinha Refogada         |
|                  |               | Prato Base** | Arroz Branco               | Arroz Branco                       | Arroz Branco                 | Arroz Branco                           | Arroz Branco               |
|                  |               | Bebida       | Feijão Carioca             | Feijão Carioca                     | Feijão Carioca               | Feijão Carioca                         | Feijão Carioca             |
|                  |               | Sobremesa    | Suco de Laranja            | Suco de Caju                       | Suco de Abacaxi com Hortelã  | Suco de Goiaba                         | Suco de Maracujá           |
|                  |               | 16/set       | 17/set                     | 18/set                             | 19/set                       | 20/set                                 |                            |
| <b>3ª Semana</b> | <b>Almoço</b> | Salada*      | Salada de Agrião           | Salada de Repolho                  | Salada de Acelga             | Salada de Beterraba c/ Ovos de Codorna | Salada de Couve Fatiadinha |
|                  |               | Proteína     | Ovos Mexidos               | Parafuso ao Molho Sugo             | Carne de Panela              | Frango à Milanesa Assado               | Bife Grelhado              |
|                  |               | 2ª Proteína  | Estrogonofe de Carne       | Almôndega de Carne                 | Frango Grelhado              | Isclas de Carne Acebolada              | Frango Assado              |
|                  |               | Guarnição    | Batata Palha               | Legumes na Manteiga                | Batata Doce Assada           | Cenoura na Manteiga                    | Farofa de Cebola e 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            | Limonada                           | Suco de Goiaba               | Suco de Uva Integral                   | Suco de Abacaxi com Limão  |
|                  |               | 21/set       | 22/set                     | 23/set                             | 24/set                       | 25/set                                 |                            |
|                  |               | Salada*      | Salada de Acelga           | Salada de Repolho                  | Salada de Cenoura com Mel    | Salada de Couve Fatiadinha             |                            |
|                  |               | Proteína     | Fritada de Ovos com Batata | Penne à Bolonhesa                  | Bife Grelhado Acebolado      | Frango à Parmegiana                    |                            |
|                  |               | 2ª Proteína  | Bife de Panela             | Carne Moída                        | Frango Ensopado              | Picadinho de Carne                     |                            |
|                  |               | Guarnição    | Legumes Refogados          | Brócolis ao Vapor                  | Purê de Batata               | Vagem Refogada                         |                            |
|                  |               | Prato Base** | Arroz Branco               | Arroz Branco                       | Arroz Branco                 | Arroz Branco                           |                            |
|                  |               | Bebida       | Feijão Carioca             | Feijão Carioca                     | Feijão Carioca               | Feijão Carioca                         |                            |
|                  |               | Sobremesa    | Suco de Caju               | Suco de Goiaba                     | Limonada                     | Suco de Manga                          |                            |

\*\*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                           |                              |
|------------------|----------------------------|-----------------------------|----------------------------------|-------------------------------|-------------------------|------------------------------------|------------------------------|
|                  |                            | 23/set                      | 24/set                           | 25/set                        | 26/set                  | 27/set                             |                              |
| <b>4ª Semana</b> | <b>Almoço</b>              | Salada*                     | Salada de Acelga                 | Salada de Repolho com Ervilha | Salada de Pepino        | Salada de Beterraba com Manjericão | Salada de Tomate com Orégano |
|                  |                            | Proteína                    | Ovos Cozidos com Legumes         | Panqueca à Bolonhesa          | Carne em Tiras ao Molho | Frango à Oriental                  | Carne Assada Fatiada         |
|                  |                            | 2ª Proteína                 | Torta Madalena                   | Carne Moída                   | Estrogonofe de Frango   | Picadinho de Carne com Mandioca    | Frango Desfiado com Milho    |
|                  |                            | Guarnição                   | Chuchu Refogado                  | Escarola Refogada             | Batata Palha            | Abobrinha na Manteiga              | Couve Refogada               |
|                  |                            | 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 Goiaba                   | Suco de Laranja com Mamão     | Suco de Morango         | Suco de Maracujá                   | Suco de Uva Integral         |
|                  | Sobremesa                  | Banana                      | Melão                            | Salada de Frutas              | Manga                   | Maçã                               |                              |
|                  |                            | <b>30/set</b>               |                                  |                               |                         |                                    |                              |
| <b>5ª Semana</b> | <b>Almoço</b>              | Salada*                     | Salada de Beterraba              |                               |                         |                                    |                              |
|                  |                            | Proteína                    | Bife à Milanesa Assado           |                               |                         |                                    |                              |
|                  |                            | 2ª Proteína                 | Ovos Mexidos com Queijo Muçarela |                               |                         |                                    |                              |
|                  |                            | Guarnição                   | Creme de Milho                   |                               |                         |                                    |                              |
|                  |                            | Prato Base**                | Arroz Branco                     |                               |                         |                                    |                              |
|                  |                            |                             | Feijão Carioca                   |                               |                         |                                    |                              |
| Bebida           | Suco de Acerola c/ Laranja |                             |                                  |                               |                         |                                    |                              |
|                  | Sobremesa                  | Abacaxi com Raspas de Limão |                                  |                               |                         |                                    |                              |

\*\*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