

2ª Feira			3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	7ª Feira
			3/nov	4/nov	5/nov	6/nov	7/nov
1ª Semana	Almoço	Salada*	Salada de Acelga	Salada de Repolho	Mix de Folhas	Salada de Alface e Tomate	Salada de Pepino
		Proteína	Omelete com Queijo	Espaguete ao Alho, Azeite e Brócolis	Iscas de Peixe	Frango ao Molho de Mostarda	Carne à Oriental
		2ª Proteína	Fricassê de Frango	Almôndega ao Sugo	Ovos Mexidos	Carne Moída	Frango à Parmegiana
		Guarnição	Cenoura na Manteiga		Purê de Batata	Legumes Refogados	Vagem 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 Morango	Suco de Laranja com Mamão	Suco de Abacaxi com Limão	Suco de Maracujá	Suco de Caju
Sobremesa		Manga	Melancia	Salada de Frutas	Banana	Maçã	
10/nov			11/nov	12/nov	13/nov	14/nov	
2ª Semana	Almoço	Salada*	Salada de Cenoura	Salada de Tomate	Salada de Acelga	Salada de Tomate c/ Orégano	Salada de Beterraba
		Proteína	Ovos Cozidos	Lasanha à Bolonhesa	Carne em Cubos ao Molho	Frango Xadrez	Kibe Assado
		2ª Proteína	Bife Grelhado Acebolado	Carne Moída	Frango à Milanese	Estrogonofe de Carne	Frango de Panela
		Guarnição	Mandioca Cozida	Legumes Refogados	Creme de Milho	Batata Palha	Purê de Batata
		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 Uva Integral	Suco de Abacaxi com Limão	Suco de Caju	Suco de Maracujá
Sobremesa		Melão	Maçã	Banana	Mamão	Gelatina de Uva	
17/nov			18/nov	19/nov	20/nov	21/nov	
3ª Semana	Almoço	Salada*	Salada de Repolho	Salada de Acelga	Salada de Cenoura	Salada de Pepino	Salada de Escarola
		Proteína	Ovos Mexidos com Tomate	Penne ao Sugo	Iscas de Peixe	Omelete com Queijo	Ovos Cozidos c/ Legumes
		2ª Proteína	Carne de Panela	Hambúrguer de Carne	Frango Grelhado	Bife à Parmegiana	Frango Assado
		Guarnição	Chips de Batata Doce	Abobrinha Refogada	Purê de Batata	Brócolis ao Vapor	Creme de Milho
		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 Caju	Suco de Laranja	Suco de Morango
Sobremesa		Laranja Lima	Maçã	Melancia	Mamão	Mousse de Maracujá	

**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
		24/nov	25/nov	26/nov	27/nov	28/nov
4ª Semana	Salada*	Salada de Rúcula	Mix de Folhas	Salada de Acelga	Salada de Almeirão	Salada de Repolho
	Proteína	Ovos Mexidos	Panqueca à Bolonhesa	Bife à Milanese	Carne em Cubos ao Molho	Iscas de Frango
	2ª Proteína	Estrogonofe de Frango	Carne Moída	Omelete de Queijo	Frango Desfiado	Bife à Rolê
	Guarnição	Batata Palha	Escarola Refogada	Purê de Batata	Couve-Flor ao Vapor	Cenoura na Manteiga
	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 Uva Integral	Suco de Caju	Limonada	Suco de Maracujá	Suco de Goiaba
	Sobremesa	Manga	Gelatina de Framboesa	Abacaxi com Raspas de Limão	Banana	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