

DIA	PRATO BASE	PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÃO	SALADA	SOBREMESA	LANCHE		
1	Arroz e feijão	Nuggets assado	Brócolis refogado	Alface e tomate	Laranja	Chá/ Suco de melancia	Bolacha doce s/recheio/Pão de forma c/margarina	Banana
2	Arroz e feijão	Escondidinho de carne seca com purê de batata		Pepino	Gelatina	Leite com achocolatado/Suco de maracujá	Bolo de cenoura	Caqui
3	Arroz e feijão	Isclas de carne aceboladas	Mandioca frita	Repolho e cenoura	Maçã	Chá/ Suco de abacaxi	Bisnaguinha com queijo minas	Mamão picado
4	Arroz e feijão	Filé de frango grelhado	Purê de cenoura	Chuchu refogado	Pudim de chocolate	Suco de melão	Bolacha salgada c/geléia/ Bolacha doce s/recheio	Fruta da estação
5	SÁBADO							
6	DOMINGO							
7	Arroz e feijão	Ovo mexido com queijo, tomate e cenoura		Beterraba ralada	Banana	Leite com achocolatado/Suco de limão	Bolacha salgada c/requeijão	Melancia
8	Arroz e feijão	Frango cozido ao molho com cenoura	Sopa Canja	Alface e repolho	Creme de abacate	Suco de laranja e cenoura	Pão de forma c/ patê de atum	Pêra picada
9	Arroz e feijão	Carne assada c/molho madeira	Farofa	Pepino e tomate	Gelatina colorida	Chá/Suco de goiaba	Bolo de milho	Maçã
10	Arroz e feijão	Isclas de frango aceboladas	Macarrão ao sugo	Vinagrete	Fruta da estação	Suco de melão	Bisnaguinha c/ margarina	Fruta da estação
11	Arroz e feijão	Bife grelhado	Purê de batata	Mix folhas	Salada de frutas	Leite com achocolatado/Suco de manga	Pão de hot dog c/ presunto	Banana
12	SÁBADO							
13	DOMINGO							
14	Arroz e feijão	Carne moída ao molho	Polenta	Alface e cenoura	Melão	Suco de laranja	Pão francês c/ mussarela	Laranja
15	Arroz e feijão	Omelete de forno	Sopa de caldo verde	Tomate	Gelatina	Chá/ Suco de maracujá	Bolacha salgada c/margarina/ Bolacha doce s/recheio	Mamão picado
16	Arroz	Feijoada light	Farofa	Vinagrete	Laranja	Leite com achocolatado/Suco de abacaxi c/ hortelã	Bolo de chocolate	Pêra picada
17	Arroz e feijão	Acém em cubos com legumes	Macarrão com brócolis	Beterraba cozida	Fruta da estação	Suco de goiaba	Bisnaguinha c/ geléia	Banana
18	Arroz e feijão	Panqueca de frango	Batata assada	Mix folhas	Sagu	Chá/ Suco de melão c/ limão	Pão de forma c/ presunto e queijo prato	Maçã
19	SÁBADO							
20	DOMINGO							
21	Arroz e feijão	Filé de frango à parmegiana	Legumes na manteiga	Repolho e tomate	Banana	Suco de laranja e couve	Bolacha salgada c/requeijão	Laranja
22	Arroz e feijão	Lasanha ao sugo		Pepino e cenoura	Mamão	Leite com achocolatado/Suco de melancia	Bolacha salgada c/margarina/ Bolacha doce s/recheio	Fruta da estação
23	Arroz e feijão	Frango desfiado ao molho	Sopa de legumes	Tomate e pepino	Banana	Suco de maracujá	Bolacha salgada c/geléia/Pão francês c/margarina	Fruta da estação
24	Arroz e feijão	Porpetone à pizzaolo	Repolho refogado	Alface americana	Gelatina	Chá/ Suco de laranja	Pão de leite com requeijão	Mamão picado
25	Arroz e feijão	Linguiça assada	Couve refogado	Vinagrete	Salada de frutas	Leite com achocolatado/Suco de laranja c/couve	Bolo formigueiro	Pêra picada
26	SÁBADO							
27	DOMINGO							
28	Arroz e feijão	Estrogonofe de carne	Batata palha	Mix de folhas	Mexerica	Suco de laranja e mamão	Pão francês c/ presunto e mussarela	Melão
29	Arroz e feijão	Omelete	Abobrinha refogada	Acelga e tomate	Caqui	Suco de melancia	Bolacha salgada c/ margarina	Maçã
30	Arroz e feijão	Acém em cubos com legumes	Macarrão com brócolis	Beterraba cozida	Fruta da estação	Suco de goiaba	Bisnaguinha c/ geléia	Banana
31	Arroz e feijão	Panqueca de frango	Batata assada	Mix folhas	Sagu	Chá/ Suco de melão c/ limão	Pão de forma c/ presunto e queijo prato	Maçã

2ª opção do Prato Principal para todos os dias: Bife grelhado ou Filé de frango grelhado. No dia de feijoada opção: arroz branco e feijão carioca.

Cardápio sujeito à alterações sem aviso prévio: caso a fruta indicada no cardápio não estiver em condições de uso substitua por uma fruta da estação, faça o mesmo com a salada indicada e substitua por alface e tomate.

NUTRICIONISTAS - NUTRENZA

Dr^a Fernanda Aguiar André
Dr^a Karla Vilaça Alexandrino

Dr^a Fernanda Aguiar A. Sanjiorato
Nutricionista CRN3: 24.076

