

ALMOÇO

ITENS	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado
	12/jan	13/jan	14/jan	15/jan	16/jan	17/jan
SALADAS	ACELGA	ALFACE	REPOLHONESE	ALFACE ROXA	COUVE	RÚCULA
	BETERRABA COZIDA COM MILHO	REPOLHO ROXO COM ABACAXI	COUVE COM RÚCULA	BETERRABA RALADA COM TOMATE	ALFACE COM CENOURA	SALADA COLORIDA
	CENOURA COZIDA	RÚCULA	ALFACE	PEPINO TEMPERADO	VINAGRETE	ALFACE
PRATO PROTEICO	ISCAS DE FILÉ DE PEITO DE FRANGO ACEBOLADAS	BIFE BOVINO AO MOLHO XADREZ	FRANGO ASSADO AO MOLHO DE MOSTARDA	CARNE BOVINA DE PANELA	FEIJOADA	FILÉ DE FRANGO GRELHADO
PRATO PROTEICO VEGETARIANO	BOLINHO DE GRÃOS COM LEGUMES	HAMBÚRGUER DE PROTEÍNA DE SOJA AO MOLHO VERMELHO	GRÃO DE BICO REFOGADO	OVOS MEXIDOS	OVOS COZIDOS	PROTEÍNA DE SOJA REFOGADA
PRATO PROTEICO VEGANO				MIX DE GRÃOS	FEIJOADA VEGANA COM GRÃO DE BICO	
GUARNIÇÃO	REPOLHO GRATINADO	CHUCHU AO MOLHO BRANCO	PURÊ DE BATATA	MACARRÃO AO MOLHO SUGO	FAROFA DE CEBOLA	ABÓBORA COZIDA
ACOMPANHAMENTOS	ARROZ BRANCO/ ARROZ INTEGRAL	ARROZ BRANCO/ ARROZ INTEGRAL	ARROZ BRANCO/ ARROZ INTEGRAL	ARROZ BRANCO/ ARROZ INTEGRAL	ARROZ BRANCO/ ARROZ INTEGRAL	ARROZ BRANCO/ ARROZ INTEGRAL
	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA
SOBREMESA	LARANJA	SALADA DE FRUTAS	MELANCIA	MAÇÃ	LARANJA	MELANCIA
REFRESCO	CAJÁ	ACEROLA	TAMARINDO	GOIABA	MANGA	CAJÁ
	ESCANEIE O QR-CODE AO LADO E TENHA ACESSO AO CARDÁPIO EM FORMATOS ACESSÍVEIS					

JANTAR

ITENS	Segunda-feira 12/jan	Terça-feira 13/jan	Quarta-feira 14/jan	Quinta-feira 15/jan	Sexta-feira 16/jan	Sábado 17/jan
SALADAS	PEPINO LAMINADO	ALFACE	MIX DE FOLHAS	ALFACE ROXA	ACELGA	ALFACE LISA
	ALFACE	JARDINEIRA DE LEGUMES	CENOURA COZIDA COM MILHO	ANTEPASTO DE ABOBRINHA	TABULE	CHUCHU TEMPERADO
	MACARRONESE	COUVE	PEPINO	CENOURA COM CEBOLINHA	ALFACE	PEPINO, TOMATE E CENOURA
PRATO PROTEICO	MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE	ISCA SUÍNA GRELHADA	CARNE MOÍDA COM BATATA INGLESA	CUBOS DE FILÉ DE PEITO DE FRANGO GRELHADO	FRANGO ASSADO MOLHO XADREZ	BIFE BOVINO EMPANADO
PRATO PROTEICO VEGETARIANO	OVOS FRITOS	OMELETE	ALMÔNDEGA DE PROTEÍNA DE SOJA	BOLINHO DE FEIJÃO BRANCO COM AVEIA	MIX DE GRÃOS	LENTILHA REFOGADA
PRATO PROTEICO VEGANO	MOQUECA DE GRÃO DE BICO COM BANANA	ERVILHA COM MILHO AO MOLHO				
GUARNIÇÃO	MIX DE LEGUMES NA MANTEIGA	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	QUIBEDE DE MANDIOCA	BATATA RÚSTICA	POLENTA	CREME DE MILHO
ACOMPANHAMENTOS	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL	ARROZ BRANCO/ARROZ INTEGRAL
	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA
SOBREMESA	MELANCIA	MAÇÃ	LARANJA	BANANA	MELÃO	MAÇÃ
REFRESCO	TAMARINDO	CAJÁ-MANGA	MARACUJÁ	CAJU	TAMARINDO	MANGA
	ESCANEE O QR-CODE AO LADO E TENHA ACESSO AO CARDÁPIO EM FORMATOS ACESSÍVEIS					