

## ALMOÇO

### SEGUNDA

### TERÇA

### QUARTA (01)

### QUINTA (02)

### SEXTA (03)

|                              |  |  |   |                                |   |
|------------------------------|--|--|---|--------------------------------|---|
| <b>ARROZ</b>                 |  |  | ARROZ BRANCO+<br>ARROZ INTEGRAL<br>COM BRÓCOLIS | ARROZ BRANCO+<br>ARROZ 7 GRÃOS | ARROZ BRANCO +<br>ARROZ INTEGRAL<br>COM CENOURA |
| <b>FEIJÃO</b>                |  |  | FEIJÃO PRETO/<br>CARIOCA                        | FEIJÃO PRETO/<br>CARIOCA       | FEIJÃO CARIOCA                                  |
| <b>PRATO<br/>PRINCIPAL 1</b> |  |  | FRICASSE DE<br>FRANGO                           | ESCONDIDINHO DE<br>CARNE MOÍDA | BIFE A ROLÊ                                     |
| <b>PRATO<br/>PRINCIPAL 2</b> |  |  | BIFE ACEBOLADO                                  | FILÉ DE FRANGO<br>GRELHADO     | FILÉ DE COXA<br>GRELHADA                        |
| <b>GUARNIÇÃO 1</b>           |  |  | VAGEM SAUTÉE                                    | COUVE REFOGADA                 | REPOLHOREFOGA-<br>DO                            |
| <b>GUARNIÇÃO 2</b>           |  |  | REPOLHO<br>REFOGADO                             | BANANA AMILANESA               | ABOBORA ASSADA                                  |
| <b>SOBREMESA</b>             |  |  | FRUTA   | FRUTA/ MOUSSE DE<br>MARACUJÁ   | FRUTA   |
| <b>VEGETARIANO</b>           |  |  | FALAFEL   | SUFLÊ DE LEGUMES               | BERINJELA RECHEADA<br>COM QUEIJO                |

### SEGUNDA (06)

### TERÇA (07)

### QUARTA (08)

### QUINTA (09)

### SEXTA (10)

|                              |  |  |  |                                 |   |
|------------------------------|--|--|--|---------------------------------|---|
| <b>ARROZ</b>                 | ARROZ BRANCO+<br>ARROZ SETE<br>CEREAIS | ARROZ BRANCO+<br>ARROZ INTEGRAL<br>COM CENOURA | ARROZ BRANCO+<br>ARROZ SETE GRÃOS                        | ARROZ BRANCO+<br>ARROZ INTEGRAL | ARROZ BRANCO +<br>ARROZ SETE<br>CEREAIS |
| <b>FEIJÃO</b>                | FEIJÃO CARIOCA                         | FEIJÃO PRETO/<br>CARIOCA                       | FEIJÃO CARIOCA   | FEIJÃO CARIOCA                  | FEIJÃO PRETO/<br>CARIOCA                |
| <b>PRATO<br/>PRINCIPAL 1</b> | CARNE MOÍDA                            | FILÉ DE COXA<br>GRELHADA                       | BIFE GRELHADO  | ESTROGONOFE DE<br>FRANGO        | FRANGO COZIDO                           |
| <b>PRATO<br/>PRINCIPAL 2</b> | FRANGO EMPANADO                        | RAGU DE CARNE                                  | ISCAS DE FRANGO  | BIFE GRELHADO                   | BIFE ACEBOLADO                          |
| <b>GUARNIÇÃO 1</b>           | MACARRÃO AO<br>MOLHO PESTO             | COUVE REFOGADA                                 | MACARRÃO<br>YAKISSOBA                                    | BATATA RÚSTICA                  | MANDIOCA<br>CREMOSA DE FORNO            |
| <b>GUARNIÇÃO 2</b>           | CHUCHU COM<br>CENOURA                  | BOLINHO DE ARROZ                               | LEGUMES<br>YAKISSOBA                                     | REPOLHO                         | ESPINAFRE                               |
| <b>SOBREMESA</b>             | FRUTA                                  | FRUTA  | BANANA<br>ASSADA COM<br>FAROFA CROCANTE/<br>OPÇÃO: FRUTA | FRUTA                           | COCADA CREMOSA/<br>OPÇÃO: FRUTA         |
| <b>VEGETARIANO</b>           | SUFLÊ DE<br>ESPINAFRE                  | GALLETE DE<br>CENOURA                          | OMELETE DE FORNO   | ABOBRINHA<br>RECHEADA           | OVO MEXIDO                              |