

Segunda 03	Terça 04	Quarta 05	Quinta 06	Sexta 07
Arroz e Feijão Isclas de Carne Cenoura no vapor c/ Ervilhas Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Frango desfiado Batata sauté Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Bife à milanesa Couve refogada Salada Mousse de Limão e Suco	Espaguete ao sugo Filé de Frango Beterraba ondulada no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Carne moída Abobrinha refogada c/ Milho Salada Fruta e Suco
Segunda 10	Terça 11	Quarta 12	Quinta 13	Sexta 14
Arroz e Feijão Frango Xadrez (sem amendoim) Brócolis no vapor Salada Gelatina e Suco	Arroz Strogonoff de Carne Batata Palha Salada Fruta e Suco	Penne ao sugo Frango desfiado c/ Requeijão Jardineira de Legumes Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Carne moída c/ Milho Acelga refogada c/ Cenoura Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (grelhado) Purê de Batata Salada Fruta e Suco
Segunda 17	Terça 18	Quarta 19	Quinta 20	Sexta 21
Arroz e Feijão Picadinho de Carne Abóbora corada Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Sobrecoxa Farofa Nutritiva (c/ cenoura e aveia) Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Linguiça na chapa Pastelzinho de espinafre c/ queijo Salada Chocomallow e Suco	Parafuso ao sugo Filé de Frango Milho na manteiga Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Carne desfiada Chuchu c/ ovos cozidos Salada Fruta e Suco
Segunda 24	Terça 25	Quarta 26	Quinta 27	Sexta 28
Arroz Strogonoff de Frango Batata Palha Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (empanado) Pirão Salada Fruta e Suco	Espaguete ao sugo Carne moída Brócolis no vapor Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Isclas de Carne Batata sauté Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Picadinho de Frango Creme de Milho Salada Fruta e Suco
Segunda 31	   			Cila Omine Nutricionista CRN3 5440 

Obs.

As saladas, frutas e sucos serão variados de acordo com a safra/estação.