

DIA	CAFÉ MANHÃ			PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÃO	SALADA 1	SALADA 2	SALADA 3	SOBREMESA	VEGETARIANO	LANCHE NOTURNO	
1	Pão de queijo + fruta	Café + Suco	Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Almondegas	Macarrão Alho e óleo						
2			Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Pernil de Panela	Abobora Assada c alecrim	Alface	Chuchu	Bicória	Fruta	Hamburguer a pizzaiolo	
3	Pão c/ pate de frango + fruta	Café + Suco	Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Filé de frango ao molho de laranja	Pure de batata	Alface	Cenoura cozida	Couve	Gelatina	Brocolis ao molho branco	
4			Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Panqueca de Carne desfiada	Chuchu Gratinado	Alface	Berinjela de forno	Pepino c/ tomate	Fruta	Lasanha de berinjela	
5	SABADO											
6	DOMINGO											
7			Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Fricasse de Frango	Virado de Chuchu	Alface	Grão de bico	Repolho colorido	Fruta	Tomate recheado c/queijo	
8	Bolo + fruta	Café + Leite	Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Feijoada	Farofa	Alface	Couve	Vinagrete	Fruta	Charuto de soja	
9			Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Bife a Rolê	Repolho refogado	Alface	Berinjela de forno	Cenoura ralada	Doce de abobora	Ovo cozido	
10	Pão de queijo + fruta	Café + Suco	Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Espetinho de frango/ Peixe Assado	Macarrão ao Sugo	Alface	Beterraba cozida	Couve	Paçoquinha	Bolinho de legumes	
11			Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Bife de Palma	Quibebe	Alface	Chuchu	Bicolor	Fruta	Lasanha de berinjela	
12	SABADO											
13	DOMINGO											
14			Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Estrogonofe de frango	Batata Palha	Alface	Grão de bico	Cenoura ralada	Fruta	Sulfite de chuchu	
15	Pão com pate de frango + fruta	Suco + fruta	Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Isca de pernil grelhado acebolado	Ratatouille	Alface	Abobora madura	Pepino c/ tomate	Fruta	Abobrinha recheada c soja	
16			Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Frango refogado	Macarrão alho e óleo	Alface	Chuchu	Beterraba Rafada	Paçoca	Ovo cozido	
17	Pão frances c/ ovo mexido e tomate	Suco + Fruta	Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Peixe ensopado / Isca de Boi	Batata Saute	Alface	Abobrinha	Repolho temperado	Manjar	Torta de legumes	
18	RECESSO											
19	SABADO											
20	DOMINGO											
21	RECESSO											
22	Bolo + fruta	Café + Leite	Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Filé de frango ao molho de laranja	Pure de batata	Alface	Beterraba cozida	Couve	Fruta	Omelete de Queijo	
23			Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Escondidinho de carne moida	Berinjela de forno	Alface	Mix de legumes	Acelga	Gelatina	Charuto de repolho c/ soja	
24	Pate de frango + fruta	Café + Suco	Arroz branco/Integral	Feijão carioca	File de Frango a Milanesa	Abobrinha Saute	Alface	Cenoura c ervilha	Chicoria	Fruta	Brocolis ao molho branco	
25			Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Pernil Acebolado	Farofa de Banana	Alface	Abobrinha	Repolho Temperado	Pudim	Bolinho de Grão de Bico	
26	SABADO											
27	DOMINGO											
28			Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Carne de panela ao molho ferrugem	Polenta	Alface	Berinjela de forno	Pepino c/ Tomate	Fruta	Ovo frito	
29	Pão de queijo + fruta	Café + Suco	Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Pernil ao Molho Baebecue	Virado de Acelga	Alface	Chuchu	Cenoura ralada	Arroz doce	Torta de legumes	
30			Arroz branco/Integral	Feijão carioca	Panqueca de frango	Abobrinha sauté	Alface	Beterraba cozida	Couve	Fruta	Panqueca de proteina soja	