

| ALMOÇO | Segunda (13/10) | Terça (14/10) | Quarta (15/10) | Quinta (16/10) | Sexta (17/10) | Sábado (18/10) |
|------------------------|---|--|--|--|---|---|
| Principal | Strogonoff de carne  | Carne do sol  | Feijoada  | Frango xadrez  | Almondegas  | Peixe crocante  |
| | Suíno com abacaxi  | Vatapá de frango   | Frango ao molho  | Escondidinho de carne do sol   | Frango ao forno  | Assado de panela  |
| Vegetariano | Soja tropical | Arroz cremoso de lentilha | Bobó de legumes  | Strogonoff de grão de bico  | Maria isabel vegana  | Moqueca vegetariana  |
| Salada Crua | Alface crespa, alface roxa, rucula, manga | Alface, beterraba, pepino | Salada tropical (alface, acelga, abacaxi e laranja) | Alface, cenoura, pepino e oregano | Alface, beterraba, cenoura | Acelga, beterraba, cenoura e melão |
| Salada Cozida | Beterraba com cheiro verde | Macaxeira refogada | Couve manteiga, cenoura, repolho refogados | Beterraba com vagem | Batata sautê | Batata doce corada |
| Guarnição | Cuscuz | Farofa  | Farofa c/ soja  | Macarrão  | Farofa  | Macarrão  |
| Acompanhamentos | Arroz Branco  | Baião de dois  | Arroz Branco  | Arroz Branco  | Arroz Branco  | Arroz Branco  |
| | Arroz Integral  | Arroz Integral  | Arroz Integral  | Arroz Integral  | Arroz Integral  | Arroz Integral  |
| Sobremesa | Feijão Carioca  | Feijão de Corda  | Feijão Carioca  | Feijão Corda  | Feijão Carioca  | Feijão Carioca  |
| Suco | Melão espanhol | Banana prata | Laranja | Maçã | Melão japonês | Melancia |
| | Doce de leite | Doce paçoquita | Doce banana mariola | Doce crocante de amendoim | Doce coxa de moça | Doce paçoquita |
| Suco | Manga | Goiaba | Acerola | Seriguela | Cajá | Abacaxi |

| JANTAR | Segunda (13/10) | Terça (14/10) | Quarta (15/10) | Quinta (16/10) | Sexta (17/10) | Sábado (18/10) |
|------------------------|--|--|--|---|--|----------------|
| Principal | Frango assado  | Isca de fígado  | Jardineira de carne  | Isca de carne acebolada   | Carne ao molho picante  | xxxxxxxx |
| | Chep e arroz pintado  | Carne ao molho  | Frango a parisienne   | Suíno ao molho agriôco   | Filé de peixe a milanesa   | |
| Sopa | Sopa de frango com legumes | Sopa de carne com legumes | Canja de galinha  | Feijão com legumes  | Caldo de carne c/ legumes  | |
| Vegetariano | Bolinha de grão de bico | Jardineira de soja | Lasanha de batata  | Assado de lentilha  | Bolinho vegano com aveia  | |
| Salada Crua | Alface, cenoura e repolho roxo e verde | Acelga, tomate, pepino e manga | Salada refrescante (alface crespa, alface roxa, rucula, hortelã e abacaxi) | Repolho branco, repolho roxo, abacaxi e cenoura | Acelga, cenoura, pepino e manga | |
| Salada Cozida | Batata, chuchu | Beterraba e vagem refogados | Abóbora e vagem | Batata doce refogada | Abobrinha, chuchu e abóbora refogados | |
| Guarnição | Purê  | Macarrão**  | Cuscuz  | Farofa   | Farofa com soja  | |
| Acompanhamentos | Arroz Branco  | Arroz Branco  | Arroz Branco  | Baião de dois   | Arroz Branco | |
| | Arroz Integral  | Arroz Integral  | Arroz Integral  | Arroz Integral   | Arroz Integral  | |
| Sobremesa | Feijão Corda  | Feijão Carioca  | Feijão Corda  | Feijão de Carioca   | Feijão Corda  | |
| Suco | Maçã | Mamão | Abacaxi | Banana prata | Laranja | |
| | Doce quebra queixo | Doce coxa de moça | Doce goiaba cristalizado | Doce paçoquita | Doce leite tablette | |
| Suco | Maracujá | Abacaxi | Graviola | Manga | Acerola | |

Obs.: Cardápio pode sofrer alterações, dependendo da disponibilidade de produtos em estoque.

* Contém lactose

** Contém glúten

ALÉRGICOS: Pode conter trigo, centeio, cevada, aveia, leite, ovo, soja, milho;

Gabriela Viana Lima
Nutricionista

