

Segunda 01/09	Terça 02/09	Quarta 03/09	Quinta 04/09	Sexta 05/09
Penne	Isca de peixe com ervas	Filezinho de frango assado	Torta de carne	Feijoada light
Opções de molhos: branco de frango; tomate e berinjela	Arroz refogado	Arroz branco refogado com couve	Arroz refogado com cenoura	Arroz refogado
	Feijão branco	Feijão preto	Feijão carioca	Farofa
Salada (grão de bico refogado - cenoura crua ralada, couve e repolho branco refogado com açafrão)	Salada (alface, tomate temperado - pepino - sunomono)	Salada betacaroteno (cenoura e beterraba ralada)	Salada (repolho branco, abacaxi e cenoura)	Couve folha refogado
Molho de iogurte com limão e ervas	Molho vinagrete	Molho de mostarda e mel		Laranja em rodelas
Suco de manga	Suco de abacaxi	Suco de goiaba		Suco de abacaxi
Segunda 08/09	Terça 10/09	Quarta 11/09	Quinta 12/09	Mousse de limão
Espaguete	Peixe ao molho branco com batatas	Frango em cubos torrado	Paçoca	Frango xadrez
Opções de molhos: bolonhesa; abobrinha e branco	Arroz refogado	Arroz refogado com cenoura	Arroz refogado com couve	Arroz refogado
	Feijão branco	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão branco
Vinagrete de grão de bico	Salada tropical (alface crespa, manga, tomate, cenoura)	Salada (chuchu refogado, jerimum rústico e beterraba temperada)	Vinagrete	Salada coleslaw (repolho branco, roxo e cenoura com maionese caseira)
	Molho de iogurte com limão e ervas			Suco de caju
	Suco de abacaxi			
Suco de manga	Salada de Frutas	Suco de goiaba	Suco de manga	Pavê dois amores
Segunda 15/09	Terça 16/09	Quarta 17/09	Quinta 18/09	Sexta 19/09
Macarrão asiático	Torta de peixe	Isca de frango acebolada	Guisado de carne com legumes	Filé de frango assado com ervas
	Arroz refogado	Arroz refogado com cenoura	Arroz refogado	Arroz refogado
	Feijão branco	Feijão preto	Pirão	Purê de batata com jerimum
Grão de bico temperado, alface e cenoura ralada, tomate temperado	Salada (alface, tomate temperado - pepino - sunomono)	Salada betacaroteno (cenoura e beterraba ralada)	Salada russa (batata inglesa, cenoura e chuchu com maionese caseira)	Salada (vagem, cenoura, ervilha e milho verde)
	Molho vinagrete			Molho ceasar
Molho de iogurte com limão e ervas	Suco de caju	Molho de mostarda e mel		Suco de goiaba
Suco de goiaba	Salada de Frutas	Suco de abacaxi	Suco de manga	Mousse de goiaba
Segunda 22/09	Terça 23/09	Quarta 24/09	Quinta 25/09	Sexta 26/09
Lasanha de frango	Peixe grelhado ao molho de laranja	Sobrecoxa grelhada	Isca chinesa	Estrogonofe de frango
Lasanha de vegetais	Arroz refogado	Arroz refogado com açafrão	Arroz refogado	Arroz refogado
	Feijão branco	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão branco farofado
Salada (grão de bico refogado - repolho roxo, cenoura ralada refogada, tomate temperado com azeite e ervas)	Salada (repolho branco, abacaxi e cenoura)	Salada viva (beterraba cozida com cebolinha)	Salada (alface, cenoura ralada - pepino - sunomono)	Salada (alface, chuchu ao molho vinagrete e tomate temperado)
Molho de iogurte com limão e ervas	Suco de abacaxi	Molho de iogurte com limão e ervas		Molho de alho e ervas
Suco de manga	Salada de Frutas	manga		Suco de caju
Segunda 29/09	Terça 30/09	Quarta 01/10	Quinta 02/10	Sexta 03/10
Penne	Moqueca de peixe	OUTUBRO		
Opções de molhos: bolonhesa; branco e abobrinha	Arroz refogado			
	Pirão de peixe			
Salada (grão de bico refogado - cenoura crua ralada, couve e repolho branco refogado com açafrão)	Salada tropical (alface crespa, manga, tomate, cenoura)			
Molho de iogurte com limão e ervas	Molho de mostarda e mel			
Suco de manga	Suco de goiaba			
	Salada de Frutas			

*Este cardápio está sujeito a modificações em casos de eventualidades.

Nutricionista: Andresa Araújo - CRN/6 9001