

Café da manhã
06:45h às 07:05h
e 08:40h às
09:05h

Data	Dia	Alimento 1	Alimento 2	Bebida 1	Bebida 2	Bebida 3	Bebida 4	Bebida 5
11/09/2023	Segunda-feira	Broa doce	Bolo	Leite integral	Leite com achocolatado	Café sem açúcar	Café	Caju
12/09/2023	Terça-feira	Pão francês	Rosca Trançada e Broa	Leite integral	Leite com achocolatado	Café sem açúcar	Café	Goiaba
13/09/2023	Quarta-feira	Pão francês	Pão doce	Leite integral	Leite com achocolatado	Café sem açúcar	Café	Manga
14/09/2023	Quinta-feira	Pão francês	Bolo	Leite integral	Leite com achocolatado	Café sem açúcar	Café	Abacaxi
15/09/2023	Sexta-feira	Pão francês	Rosca trançada	Leite integral	Leite com achocolatado	Café sem açúcar	Café	Goiaba
18/09/2023	Segunda-feira	Pão de queijo	Bolo	Leite integral	Leite com achocolatado	Café sem açúcar	Café	Caju
19/09/2023	Terça-feira	Pão francês	Pão doce	Leite integral	Leite com achocolatado	Café sem açúcar	Café	Tamarindo
20/09/2023	Quarta-feira	Pão francês	Rosca caracol	Leite integral	Leite com achocolatado	Café sem açúcar	Café	Abacaxi
21/09/2023	Quinta-feira	Pão francês	Bolo	Leite integral	Leite com achocolatado	Café sem açúcar	Café	Manga
22/09/2023	Sexta-feira	Pão francês	Rosca trançada	Leite integral	Leite com achocolatado	Café sem açúcar	Café	Goiaba
25/09/2023	Segunda-feira	Broa salgada	Bolo	Leite integral	Leite com achocolatado	Café sem açúcar	Café	Caju
26/09/2023	Terça-feira	Pão francês	Rosca caracol	Leite integral	Leite com achocolatado	Café sem açúcar	Café	Tamarindo
27/09/2023	Quarta-feira	Pão francês	Pão doce	Leite integral	Leite com achocolatado	Café sem açúcar	Café	Manga
28/09/2023	Quinta-feira	Pão francês	Bolo	Leite integral	Leite com achocolatado	Café sem açúcar	Café	Acerola
29/09/2023	Sexta-feira	Pão francês	Rosca trançada	Leite integral	Leite com achocolatado	Café sem açúcar	Café	Goiaba

**Almoço
11:30 às
13:30**

Data	Dia	Prato Principal	Guarnição	Acompanhamento	Vegetariano	Salada	Sobrem.	Suco
11/09/2023	Segunda-feira	Carne moída com legumes	Espaguete ao alho e óleo	Arroz Branco Feijão de Caldo	Omelete de abobrinha	Mix de folhas com abacaxi e beterraba cozida	Laranja	Caju
12/09/2023	Terça-feira	Frango assado com molho de laranja	Farofa de cenoura com calabresa	Arroz Branco Feijão de Caldo	Lentilha com pimentão e abobrinha	Acelga com maça; mix de folhas	Melancia	Goiaba
13/09/2023	Quarta-feira	Cubo suíno de panela acebolado	Purê de abóbora Cabotiá	Arroz Branco Feijão de Caldo	Grão de bico com cebola e legumes	Repolho com alface, pepino e tomate	Maça	Manga
14/09/2023	Quinta-feira	Isca de frango com tomate, cebola e shoyo	Batata gratinada	Arroz Branco Feijão de Caldo	Proteína de soja com batata, cebola e tomate	Repolho roxo com brócolis	Banana	Abacaxi
15/09/2023	Sexta-feira	Feijoada	Virado de couve	Arroz Branco Feijão de Caldo	Feijoada vegetariana	Mix de folhas com abacaxi	Laranja	Goiaba
18/09/2023	Segunda-feira	Escondidinho de batata com linguíça toscana	Cenoura, chuchu sauté e brócolis	Arroz Branco Feijão de Caldo	Escondidinho de proteína de soja	Acelga, tomate e pepino	Banana	Caju
19/09/2023	Terça-feira	Bobo de frango	Espaguete de abobrinha	Arroz Branco Feijão de Caldo	Antepasto de berinjela	Alface, cenoura e repolho	Maça	Tamarindo
20/09/2023	Quarta-feira	Bife suíno ao molho barbecue	Espaguete ao alho óleo e linguíça calabresa	Arroz Branco Feijão de Caldo	Sufê de espinafre	Alface, abacaxi e repolho roxo	Melancia	Abacaxi
21/09/2023	Quinta-feira	Carreteiro	Cabotiá refogada	Arroz Branco Feijão de Caldo	Torta de lentilha	Beterraba cozida e mix de folhas com cenoura	Abacaxi	Manga
22/09/2023	Sexta-feira	Fricassé de frango	Batata doce assada	Arroz Branco Feijão de Caldo	Grão de bico com pimentão e cebola	Alface e macarronese (milho, cenoura, chuchu e ovo)	Laranja	Goiaba
25/09/2023	Segunda-feira	Quibe assado	Macarrão ao molho branco e bacon	Arroz Branco Feijão de Caldo	Quibe de proteína de soja	Acelga, tomate e pepino	Banana	Caju
26/09/2023	Terça-feira	Bife de panela bovino com pimentão	Purê de batata	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Omelete de berinjela com tomate	Alface/ Repolho com maça e maionese	Melancia	Manga
27/09/2023	Quarta-feira	Coxa e sobrecoxa no molho de açafrão	Creme de milho	Arroz Branco Feijão de Caldo	Macarrão ao sugo com proteína de soja	Tabule e mix de folhas	Maça	Tamarindo
28/09/2023	Quinta-feira	Bife suíno a pizzaiolo	Mandioca assada	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Lentilha com pimentão e abobrinha	Acelga, tomate e cenoura ralada	Abacaxi	Acerola
29/09/2023	Sexta-feira	Feijoada	Farofa de banana	Arroz Branco e Feijão de Caldo	Feijoada vegetariana	Alface/ Couve com tomate	Laranja	Goiaba

Jantar 18:25
às 18:55 e
20:20 às
20:45

Data	Dia	Prato Principal	Acompanhamento	Vegetariano	Salada	Sobrem.	Suco
11/09/2023	Segunda-feira	Macarrão com carne moída e legumes	Arroz branco	Omelete de abobrinha	Mix de folhas com abacaxi e beterraba cozida	Laranja	Caju
12/09/2023	Terça-feira	Galinhada		Lentilha com pimentão e abobrinha	Acelga com maça; mix de folhas	Melancia	Goiaba
13/09/2023	Quarta-feira	Panelinha de suíno		Grão de bico com cebola e legumes	Repolho com alface, pepino e tomate	Maça	Manga
14/09/2023	Quinta-feira	Isca de frango com tomate, cebola e shoyo	Arroz branco	Proteína de soja com batata, cebola e tomate	Repolho roxo com brócolis	Banana	Abacaxi
15/09/2023	Sexta-feira	Feijoada	Arroz branco	Feijoada vegetariana	Mix de folhas com abacaxi	Laranja	Goiaba
18/09/2023	Segunda-feira	Escondidinho de batata com linguça toscana	Arroz branco	Escondidinho de proteína de soja	Acelga, tomate e pepino	Banana	Caju
19/09/2023	Terça-feira	Bobó de frango	Arroz branco	Antepasto de berinjela	Alface, cenoura e repolho	Maça	Tamarindo
20/09/2023	Quarta-feira	Panelinha de suíno		Sufilé de espinafre	Alface, abacaxi e repolho roxo	Melancia	Abacaxi
21/09/2023	Quinta-feira	Carreteiro		Torta de lentilha	Beterraba cozida e mix de folhas com cenoura	Abacaxi	Manga
22/09/2023	Sexta-feira	Torta de frango	Arroz branco	Grão de bico com pimentão e cebola	Alface e macarroneze (milho, cenoura, chuchu e ovo)	Laranja	Goiaba
25/09/2023	Segunda-feira	Quibe assado/ Macarrão ao alho e óleo	Arroz branco	Quibe de proteína de soja	Acelga, tomate e pepino	Banana	Caju
26/09/2023	Terça-feira	Panelinha bovina		Omelete de berinjela com tomate	Alface/ Repolho com maça e maionese	Melancia	Manga
27/09/2023	Quarta-feira	Galinhada		Macarrão ao sugo com proteína de soja	Tabule e mix de folhas	Maça	Tamarindo
28/09/2023	Quinta-feira	Panelinha suína		Lentilha com pimentão e abobrinha	Acelga, tomate e cenoura ralada	Abacaxi	Acerola
29/09/2023	Sexta-feira	Feijoada	Arroz branco	Feijoada vegetariana	Alface/ Couve com tomate	Laranja	Goiaba