

ANEXO 07

CARDÁPIO A SER SEGUIDO DURANTE A EXECUÇÃO DO CONTRATO

| JANEIRO | | | | | | | |
|---------|--|---|--|--|---|--|--|
| | Segunda Feira | Terça Feira | Quarta Feira | Quinta Feira | Sexta Feira | Sábado | Domingo |
| Almoço | Salada de alface tomate picado Cenoura e Vagem refogados Maminha grelhada / Filé de frango à milanesa Arroz / Feijão | Salada de alface tomate picado Brócolis refogado / Batata frita Filé de merluza empanado / Bife coxão mole acebolado Arroz / Feijão | Mix de folhas (couve e rúcula) Farofa úmida/Vinagrete Frango à parmegiana / Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de alface tomate picado Creme de milho/Couve flor refog. Rocambole de carne moída recheado com legumes / Filé de frango grelhado Arroz / Feijão | Mix de folhas Beterraba/Feijão tropeiro Pernil assado no molho / Isca de contra filé acebolado Arroz / Feijão | Salada de alface tomate picado Farofa/Couve refogada/ Vinagrete Feijoada Costelinha de porco cozida/ Torresmo á pururuca Arroz/Feijão | Salada de repolho com tomate Batata soute temperada Sobrecoxa de frango assada / almôndegas no molho Arroz / Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Farofa úmida/Abobrinha refogada Isca de frango grelhado / Lagarto no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Salpicão Hamburger à parmegiana / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Legumes na manteiga / Batata assada Almondegas no molho / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Legumes na manteiga / Batata assada Almondegas no molho / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Bife a rolê / Filé de frango no molho de ervas Arroz/Feijão | Mix de folhas Macarrão alho e óleo Carne moída com legumes (cenoura e vagem) / Filé de frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Lasanha a bolonhesa Pernil assado no molho / Bife de coxão mole acebolado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Purê de mandioquinha / Couve refogada Panqueca de carne moída/ Frango á parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Macarrão com brócolis e molho branco Lombo assado no molho/Frango a passarinho frito Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Mandioca cozida Quibe de forno/ bife a rolê Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Chicória refogada/Farofa Maminha no alho/Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Batata palha / legumes na manteiga Strogonoff de frango / lombo grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Vinagrete/Couve refogada Costelinha de porco/ Filé frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Maionese de legumes Bife à cavalo / Frango empanado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Batata palha / Salpicão Strogonoff de frango/ Maminha no alho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Abobrinha e Couve flor refogada Filé de merluza à milanesa / Bife à cavalo Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Lasanha a bolonhesa Frango empanado/ Escondidinho de carne moída Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata frita / Berinjela salteada Bife acebolado/ filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Panqueca de carne moída/ Frango a passarinho frito Arroz/Feijão | Mix de folhas Vinagrete/Virado de chuchu Linguíça assada/ Lombo assado no molho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Creme de milho / cenoura refogada Quibe de forno/pernil grelhado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Batata frita/Chuchu refogado Maminha acebolada / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Creme de milho/Beterraba refogada Sobrecoxa de frango assada / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Polenta Panqueca de carne moída / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e cebola Tomate Cenoura ralada Bife à cavalo / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão alho e óleo Lombo assado no molho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Couve flor e Brócolis refogados Carne de panela com mandioca / linguíça assada Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Batata assada/Farofa Costelinha de porco / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro Rocambole de carne moída recheado com legumes / Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Tempurá de legumes/ Batata soute Bife de coxão mole acebolado / Filé de frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Vagem refogada/Farofa Filé de merluza empanado / Frango em cubos no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas Abobrinha e Chuchu refogados Almondegas no molho / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba Mandioca frita Sobrecoxa de frango assada/ Picadinho de carne com legumes Arroz/Feijão | Mix de folhas Suflê de legumes/Batata frita Contra filé no alho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Vinagrete Farofa úmida Picanha assada / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Purê de batata / Chuchu refogado Carne moída com legumes (cenoura e vagem) / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Farofa de ovo/Salpicão Pernil assado no molho madeira / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Canelone no molho rosé / Couve flor refogado Sobrecoxa de frango assada / Hamburger à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Berinjela empanada /Batata frita Bife de coxão mole acebolado / Frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Farofa / Cenoura ralada Carne de panela com batata e cenoura / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Maionese de legumes / Polenta fritas Costelinha de porco / Lombo grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Lasanha à bolonhesa Maminha no alho/ linguíça assada Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Cenoura e Vagem refogadas Hamburger à parmegiana / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Legumes na manteiga Contra-filé grelhado / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Viradinho de chuchu Panqueca de carne moída / Frango à milanesa Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata palha/ Chicória refogada Filé de tilápia grelhado / Strogonoff de carne Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Salpicão Bife de coxão mole acebolado / Frango a passarinho frito Arroz/Feijão | Mix de folhas Couve refogada/Vinagrete Pernil assado no molho madeira / Bife de coxão mole à milanesa Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Farofa/ Maionese de ovo Carne moída com batata/ sobrecoxa de frango assada Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface tomate picado Cenoura e Vagem refogados Maminha grelhada / Filé de frango à milanesa Arroz / Feijão | Salada de alface tomate picado Brócolis refogado / Batata frita Filé de merluza empanado / Bife coxão mole acebolado Arroz / Feijão | Mix de folhas (couve e rúcula) Farofa úmida/Vinagrete Frango à parmegiana / Linguíça assada Arroz/Feijão | | | | |
| Jantar | Salada de alface e tomate Farofa úmida/Abobrinha refogada Isca de frango grelhado / Lagarto no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Salpicão Hamburger à parmegiana / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Legumes na manteiga / Batata assada Almondegas no molho / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | | | | |

| FEVEREIRO | | | | | | | |
|-----------|--|---|---|---|--|--|--|
| | Segunda Feira | Terça Feira | Quarta Feira | Quinta Feira | Sexta Feira | Sábado | Domingo |
| Almoço | | | | Salada de alface e tomate Berinjela á milanese / Mandioquinha cozida Bife á rolê / Filé de frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão alho e óleo / Brócolis souté Filé de merluza empanado / Panceta no forno Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Cenoura Beterraba raladas Lagarto no molho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Batata frita / Abobrinha souté Fricassê de frango/ Bife de coxão mole acebolado Arroz/Feijão |
| Jantar | | | | Mix de folhas Salpicão Pernil assado no molho / Frango à milanese Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Cenoura e Vagem refogadas Linguíça assada / Carne moída com legumes Arroz/Feijão | Mix de folhas Vinagrete/Farofa úmida Lombo no molho / Maminha grelhada Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Couve refogada/Batata assada Costelinha suína / Hamburguer à parmegiana Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Couve refogada/ batata souté Lombo acebolado / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Vinagrete/Farofa Maminha grelhada / Filé de frango empanado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Creme de milho/ mandioca frita Frango em cubos com legumes / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba e Cenoura ralada Filé de frango grelhado / Almondégas no molho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Chicória refogada / Farofa de banana Carne de panela com batata /Linguíça assada Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Farofa/Couve ref./Vinagrete Feijoada Costelinha de porco cozida/Torresmo à pururuca Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Mandioquinha cozida /Chicória ref. Rocambole de carne moída recheado com legumes / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Virado de chuchu/Batata frita Filé de frango grelhado / Bife á cavalo Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Vinagrete/Abobrinha refogada Contra filé grelhado/ Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Couve flor e Cenoura Lagarto ao molho / Frango à milanese Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata souté/ couve ref. Bife de coxão mole acebolado/Filé de merluza à milanese Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba refogada/Farofa Panqueca de carne moída/ Pernil grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas Maionese de legumes Sobrecoxa de frango assada / Carne moída com legumes Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão a bolonhesa Almondégas no molho / Lombo assado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Vinagrete/ Farofa Linguíça/ escondidinho de carne moída Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Macarrão com brócolis e bacon Sobrecoxa de frango assada/Pernil grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Cenoura e Vagem refogados Lagarto no molho/ Fricassê de frango Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba e Batata cozidas Bife acebolado/ Filé de frango no molho de ervas Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Batata palha / Virado de chuchu Hamburguer à parmegiana/ Strogonoff de frango Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Berinjela empanada / Mandioca cozida Carne moída com legumes/ Frango à milanese Arroz / Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Salpicão Maminha no alho/ filé de merluza empanado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro/ polenta Bife acebolado/ filé de frango no molho de ervas Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Beterraba e cenoura ralada Carne moída com legumes/ filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Batata souté/Brócolis Maminha no alho/Linguíça Arroz/Feijão | Mix de folhas Couve flor gratinado/ Macarrão alho e óleo Bife à cavalo/ Frango à milanese Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Abobrinha e Chuchu refogados Fricassê de frango/ Panqueca de carne moída Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata frita/ Sufilê de legumes Pernil grelhado/ hamburguer à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Farofa/Vinagrete Sobrecoxa de frango assada/Lagarto no molho Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface tomate picado Cenoura e Vagem refogados Maminha grelhada / Filé de frango à milanese Arroz / Feijão | Salada de alface tomate picado Brócolis refogado / Batata frita Filé de merluza empanado / Bife coxão mole acebolado Arroz / Feijão | Mix de folhas (couve e rúcula) Farofa úmida/Vinagrete Frango à parmegiana / Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de alface tomate picado Creme de milho/Couve flor refog. Rocambole de carne moída recheado com legumes / Filé de frango grelhado Arroz / Feijão | Mix de folhas Beterraba/Feijão tropeiro Pernil assado no molho / Isca de contra filé acebolado Arroz / Feijão | Salada de alface tomate picado Farofa/Couve refogada/ Vinagrete Feijoada Costelinha de porco cozida/ Torresmo à pururuca Arroz/Feijão | Salada de repolho com tomate Macarrão a bolonhesa Sobrecoxa de frango assada / almôndegas no molho Arroz / Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Farofa úmida Abobrinha refogada Isca de frango grelhado / Lagarto no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Hamburguer à parmegiana / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Legumes na manteiga / Batata assada Almondégas no molho / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Legumes na manteiga / Batata assada Almondégas no molho / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes / Mandioca frita Bife a rolê / Filé de frango no molho branco Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata souté / Macarrão alho e óleo Carne moída com legumes (cenoura e vagem) / Filé de frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Lasanha a bolonhesa Pernil assado no molho / Bife de coxão mole acebolado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Viradinho de chuchu / Abobrinha refogada Quibe de forno / Frango xadrez Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes / Farofa Pernil assado no molho / Isca de contra filé acebolada Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Sufilê de legumes / Couve flor refogado Escondidinho de carne moída / Filé de frango empanado Arroz/Feijão | Salada de alface tomate picado Brócolis refogado / Batata frita Filé de merluza empanado / Bife coxão mole acebolado Arroz / Feijão | | | |
| Jantar | Salada de alface e tomate Vinagrete/Farofa Filé de tilápia grelhado / Bife á cavalo Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Mandioca frita Sobrecoxa de frango assada / Almondégas no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Frango à parmegiana / Panqueca de carne moída Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Salpicão Hamburguer à parmegiana / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | | | |

| MARÇO | | | | | | | |
|--------|--|---|---|--|---|---|---|
| | Segunda Feira | Terça Feira | Quarta Feira | Quinta Feira | Sexta Feira | Sábado | Domingo |
| Almoço | | | | | Salada de repolho e tomate Creme de milho / Farofa Panqueca de carne moída / Isca de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Vinagrete / Polenta Bisteca suína grelhada / Bife a rolê Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Batata palha / Maionese de legumes Stroganoffe de frango / Contra filé no alho Arroz/Feijão |
| Jantar | | | | | Salada de alface e tomate Viradinho de chuchu / Isca de contra filé grelhada / Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Mix de folhas Purê de batata Farofa de couve Panceta ao forno / Carne moída com legumes Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Salpicão Fraldinha grelhada / Pernil no molho madeira Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Macarrão alho e óleo / Rocambolê de carne moída com legumes / Frango à parmegiana Arroz Feijão | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro Picadinho de carne com legumes / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Maionese de legumes / Brócolis Fricassê de frango / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Cenoura e Beterraba raladas Hamburguer / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Couve flor Abobrinha refogadas Quibe de forno / Lombo assado no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Farofa Couve refog. Vinagrete Costelinha de porco cozida Torresmo à pururuca Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Farofa Batata frita Linguíça assada / Bife de contra filé acebolado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Creme de milho Bife á cavalo / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Escondidinho de carne moída / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Vinagrete/ Mandioca frita Linguíça assada / Arroz/Feijão | Mix de folhas Maionese de legumes Costelinha de porco / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Lasanha a bolonhesa Sobrecoxa de frango assada / Isca de coxão mole acebolada Arroz/Feijão | Mix de folhas Farofa/ Pernil grelhado / Almôndega no molho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Batata Frango à passarinho frito / Pernil assado no molho Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Batata frita Chuchu refogado Maminha acebolada / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Creme de milho Cenoura refogada Sobrecoxa de frango assada / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Polenta Panqueca de carne moída / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba Cenoura ralada Bife à cavalo / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão alho e óleo Lombo assado no molho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Couve flor e Brócolis refogados Carne de panela com mandioca / linguíça assada Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Batata assada/Farofa Costelinha de porco / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro Rocambolê de carne moída recheado com legumes / Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Tempurá de legumes/ Batata soute Bife de coxão mole acebolado / Filé de frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Cenoura e Vagem refogados Filé de merluza empanado / Frango em cubos no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas Abobrinha e Chuchu refogados Almondugas no molho / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba Mandioca frita Sobrecoxa de frango assada/ Picadinho de carne com legumes Arroz/Feijão | Mix de folhas Sufilé de legumes Batata frita Contra filé no alho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Vinagrete Farofa úmida Escondidinho de carne moída / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Vinagrete/ Farofa Linguíça/ escondidinho de carne moída Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Macarrão com brócolis e bacon Sobrecoxa de frango assada/Pernil grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Cenoura e Vagem refogados Lagarto no molho/ Fricassê de frango Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba e Batata cozidas Bife acebolado/ Filé de frango no molho de ervas Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Batata palha / Virado de chuchu Hamburguer à parmegiana/ Stroganoff de frango Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Berinjela empanada / Mandioca cozida Carne moída com legumes/ Frango à milanesa Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Salpicão Maminha no alho/ filé de merluza empanado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro/ polenta Bife acebolado/ filé de frango no molho de ervas Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Beterraba e cenoura ralada Carne moída com legumes/ filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Batata soute/Brócolis Maminha no alho/Linguíça Arroz/Feijão | Mix de folhas Couve flor gratinado/ Macarrão alho e óleo Bife à cavalo/ Frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Abobrinha e Chuchu refogados Fricassê de frango/ Panqueca de carne moída Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata frita/ Sufilé de legumes Pernil grelhado/ hamburguer à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Farofa/Vinagrete Sobrecoxa de frango assada/Lagarto no molho Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Batata soute / Mandioca frita Carne moída com legumes(cenoura e vagem) / Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Abobrinha e Chuchu refogados Filé de tilápia grelhado / Lagarto no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Nhoque à bolonhesa Pernil assado no molho / Almôndegas Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Cenoura e Vagem refogados Bife coxão mole acebolado / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba Cenoura ralada Bife à cavalo / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão alho e óleo Lombo assado no molho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Vinagrete/ Farofa Linguíça/ escondidinho de carne moída Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Legumes salteados / Farofa Bife de coxão mole acebolado / Filé de frango no molho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Cenoura e Vagem refogadas Linguíça assada / Fricassê de frango Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Farofa Vinagrete Escondidinho de carne moída / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas Macarrão com brócolis e bacon Filé de frango grelhado / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão | Mix de folhas Abobrinha e Chuchu refogados Almondugas no molho / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba Mandioca frita Sobrecoxa de frango assada/ Picadinho de carne com legumes Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro/ polenta Bife acebolado/ filé de frango no molho de ervas Arroz/Feijão |

| ABRIL | | | | | | | |
|--------|--|--|---|--|---|---|---|
| | Segunda Feira | Terça Feira | Quarta Feira | Quinta Feira | Sexta Feira | Sábado | Domingo |
| Almoço | Salada de alface e tomate Macarrão alho e óleo /Brócolis souté Rocambole de carne moída com legumes / Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro Picadinho de carne com legumes / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Maionese de legumes Fricassê de frango / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Cenoura e Beterraba raladas Hamburguer / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Couve flor e Abobrinha refogadas Quibe de forno / Lombo assado no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Farofa/Couve refog./ Vinagrete Costelinha de porco cozida Torresmo à pururuca Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Farofa/Batata frita Linguíça assada / Bife de contra filé acebolado Arroz/Feijão |
| | Jantar | Salada de alface e tomate Creme de milho/ Mandioca frita Bife à cavalo / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Legumes na manteiga Escondidinho de carne moída / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Vinagrete/ Mandioca frita Linguíça assada / Lombo assado Arroz/Feijão | Mix de folhas Maionese de legumes Costelinha de porco / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Lasanha à bolonhesa Sobrecoxa de frango assada / Isca de coxão mole acebolada Arroz/Feijão | Mix de folhas Farofa/Viradinho de chuchu Pernil grelhado / Almôndega no molho Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Viradinho de chuchu / Abobrinha refogada Quibe de forno /Frango xadrez Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Pernil assado no molho / Isca de contra filé acebolada Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Súflê de legumes / Couve flor refogado Escondidinho de carne moída / Filé de frango empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Berinjela à milanesa / Batata temperada assada Bife à rolê / Filé de frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão alho e óleo / Brócolis souté Filé de merluza empanado / Panceta no forno Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Cenoura Beterraba raladas Lagarto no molho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Batata frita / Vinagrete Fricassê de frango/ Bife de coxão mole acebolado Arroz/Feijão |
| | Jantar | Salada de alface e tomate Vinagrete/Creme de milho Filé de tilápia grelhado / Bife à cavalo Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Mandioca frita Sobrecoxa de frango assada / Almondegas no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Cenoura e Chuchu refog. Frango à parmegiana / Panqueca de carne moída Arroz/Feijão | Mix de folhas Farofa / Vagem refog. Pernil assado no molho / Frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Salpicão Linguíça assada / Carne moída com legumes Arroz/Feijão | Mix de folhas Vinagrete/ Couve flor refog. Lombo no molho / Maminha grelhada Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Purê de mandioquinha / Couve refogada Panqueca de carne moída/ Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Macarrão com brócolis e molho branco Lombo assado no molho/Frango a passarinho frito Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Mandioca Quibe de forno/ bife a rolê Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Chicória refogada/Farofa Maminha no alho/Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Batata palha / legumes na manteiga Strogonoff de frango / lombo grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Vinagrete/Farofa Couve refogada Feijoada Costelinha de porco Torresmo a pururuca Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Maionese de legumes Bife à cavalo / Frango empanado Arroz/Feijão |
| | Jantar | Salada de alface e tomate Batata palha / Salpicão Strogonoff de frango/ Maminha no alho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Abobrinha e Couve flor refogada Filé de merluza à milanesa / Bife à cavalo Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Lasanha a bolonhesa Frango empanado/ escondidinho de carne moída Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata frita / Berinjela salteada Bife acebolado/ filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Panqueca de carne moída/ Frango a passarinho frito Arroz/Feijão | Mix de folhas Vinagrete/Virado de chuchu Linguíça assada/ Lombo assado no molho Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Purê de batata / Chuchu refogado Carne moída com legumes (cenoura e vagem) / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Farofa de ovo/Salpicão Pernil assado no molho madeira / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Canelone no molho rosé / Couve flor refogado Sobrecoxa de frango assada / Hamburguer à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Berinjela empanada / Bife de coxão mole acebolado / Frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Farofa / Cenoura ralada Carne de panela com batata e cenoura / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Maionese de legumes / Polenta fritas Costelinha de porco / Lombo grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Lasanha à bolonhesa Maminha no alho/ linguíça assada Arroz/Feijão |
| | Jantar | Salada de alface e tomate Cenoura e Vagem refogadas Hamburguer à parmegiana / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Legumes na manteiga Contra-filé grelhado / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Viradinho de chuchu Panqueca de carne moída / Frango à milanesa Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata palha/ Chicória refogada Filé de tilápia grelhado / Strogonoff de carne Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Salpicão Bife de coxão mole acebolado / Frango a passarinho frito Arroz/Feijão | Mix de folhas Couve refogada/Vinagrete Pernil assado no molho madeira / Bife de coxão mole à milanesa Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Vinagrete/ Farofa Linguíça/ escondidinho de carne moída Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Macarrão com brócolis e bacon Sobrecoxa de frango assada/Pernil grelhado Arroz/Feijão | | | | | |
| | Jantar | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro/ polenta Bife acebolado/ filé de frango no molho de ervas Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Beterraba e cenoura ralada Carne moída com legumes/ filé de merluza empanado Arroz/Feijão | | | | |

| MAIO | | | | | | | |
|--------|--|--|--|--|---|--|---|
| | Segunda Feira | Terça Feira | Quarta Feira | Quinta Feira | Sexta Feira | Sábado | Domingo |
| Almoço | | | Mix de folhas (alface e rúcula) Sufilê de legumes /Farofa de banana Filé de frango grelhado / Almondegas no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Macarrão com brócolis no molho branco Filé de merluza empanado / Frango á parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Couve flor e batata gratinadas Lagarto no molho / Sobrecoxa de frango assada Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Beterraba coz/ Polenta frita Carne moída com legumes/ pernil grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Feijão tropeiro Pernil assado no molho/Filé de frango empanado Arroz/Feijão |
| | Jantar | | Salada de alface e cenoura Farofa/Vinagrete Maminha no alho / Frango à milanesa Arroz/Feijão | Mix de folhas Mandiocinha cozida Bisteca suína/ Lagarto no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Viradinho de chuchu Linguíça assada/ Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata frita/Berinjela soute Bife de coxão mole acebolado / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Batata palha/Salpicão Strogonoff de frango /Lombo grelhado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface tomate Cenoura e Vagem refogados Maminha grelhada / Filé de frango à milanesa Arroz / Feijão | Salada de alface tomate picado Brócolis refogado / Batata frita Filé de merluza empanado / Bife coxão mole acebolado Arroz / Feijão | Mix de folhas (couve e rúcula) Farofa úmida/Vinagrete Frango à parmegiana / Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de alface tomate picado Creme de milho/Couve flor refog. Rocambole de carne moída recheado com legumes / Filé de frango grelhado Arroz / Feijão | Mix de folhas Beterraba/Feijão tropeiro Pernil assado no molho / Isca de contra filé acebolado Arroz / Feijão | Salada de alface tomate picado Farofa/Couve refogada/ Vinagrete Feijoada Costelinha de porco cozida/ Torresmo á pururuca Arroz / Feijão | Salada de repolho com tomate Macarrão a bolonhesa Sobrecoxa de frango assada / almôndegas no molho Arroz / Feijão |
| | Jantar | Salada de alface e tomate Farofa úmida/Abobrinha refogada Isca de frango grelhado / Lagarto no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Macarrão com legumes (milho e ervilha) Hamburguer à parmegiana / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura Legumes na manteiga / Batata assada Almondegas no molho / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Legumes na manteiga / Batata assada Almondegas no molho / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes / Mandioca frita Bife a rolê / Filé de frango no molho branco Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata soute / Macarrão alho e óleo Carne moída com legumes (cenoura e vagem) / Filé de frango á parmegiana Arroz Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Batata frita/Chuchu refogado Maminha acebolada / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Creme de milho/Cenoura refogada Sobrecoxa de frango assada / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Polenta Panqueca de carne moída / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba/Cenoura ralada Bife à cavalo / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão alho e óleo Lombo assado no molho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Couve flor e Brócolis refogados Carne de panela com mandioca / linguíça assada Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Batata assada/Farofa Costelinha de porco / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão |
| | Jantar | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro Rocambole de carne moída recheado com legumes / Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Tempurá de legumes/Batata soute Bife de coxão mole acebolado / Filé de frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Cenoura e Vagem refogados Filé de merluza empanado / Frango em cubos no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas Abobrinha e Chuchu refogados Almondegas no molho / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba/Mandioca frita Sobrecoxa de frango assada/ Picadinho de carne com legumes Arroz/Feijão | Mix de folhas Sufilê de legumes/Batata frita Contra filé no alho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Creme de milho/Chuchu refogado Contra filé acebolado / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Farofa de banana/Vinagrete Carne de panela com batata e cenoura / pernil grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Polenta frita/ Legumes na manteiga Lombo assado/ Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Filé de tilápia grelhado / bisteca suína Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Couve refogada/ Farofa colorida Pernil assado / Frango xadrez Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Chicória refog./Couve flor Bife de coxão mole acebolado/ Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Beterraba refogada/ Mandioca frita Frango à parmegiana/ almondegas no molho Arroz/Feijão |
| | Jantar | Salada de alface e tomate Batata frita / Abobrinha soute Frango à parmegiana / pancetta de forno Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão a bolonhesa Pernil assado no molho madeira/ bife à rolê Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Salpicão Bife de coxão mole acebolado / Bisteca suína Arroz/Feijão | Mix de folhas Legumes na manteiga/Farofa Filé de frango grelhado/ almondegas no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Batata assada / Couve flor refogada Contra filé acebolado/ Filé de tilápia à milanesa Arroz/Feijão | Mix de folhas Cenoura e Vagem refogados Carne de panela com mandioca / pernil grelhado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Batata palha/Vinagrete Strogonoff de frango / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Farofa / Abobrinha refogados Linguíça assada / Bife de coxão mole na manteiga e alho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba/Cenoura ralada Bife à cavalo / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão alho e óleo Lombo assado no molho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Berinjela e Tomate Carne de panela com mandioca / linguíça assada Arroz/Feijão | | |
| | Jantar | Salada de alface e tomate Macarronese/Farofa Frango à parmegiana / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Legumes na manteiga (Abobrinha e Cenoura) Filé de tilápia à milanesa/ Bife á cavalo Arroz/Feijão | Mix de folhas Abobrinha e Chuchu refogados Almondegas no molho / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba/Mandioca frita Sobrecoxa de frango assada/ Picadinho de carne com legumes Arroz/Feijão | Mix de folhas Sufilê de legumes/Batata frita Contra filé no alho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | |

| JUNHO | | | | | | | |
|--------|---|--|--|---|---|---|---|
| | Segunda Feira | Terça Feira | Quarta Feira | Quinta Feira | Sexta Feira | Sábado | Domingo |
| Almoço | | | | | | Mix de folhas (alface e rúcula) Couve flor e Brócolis refogados Carne de panela com mandioca / linguiça assada Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Batata assada/Farofa Costelinha de porco / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão |
| Jantar | | | | | | Mix de folhas Sufilê de legumes Batata frita Contra filé no alho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Vinagrete/Farofa úmida Escondidinho de carne moída / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Macarrão alho e óleo / polenta frita Rocambolê de carne moída com legumes / Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro Picadinho de carne com legumes / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Maionese de legumes / Brócolis Fricassê de frango / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Cenoura e Beterraba raladas Hamburguer / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Couve flor/Abobrinha refogadas Quibe de forno / Lombo assado no molho Arroz Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Farofa Couve refog./Vinagrete Costelinha de porco cozida Torresmo à pururuca Arroz á grega Tutu de Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Farofa/Batata frita Linguíça assada / Bife de contra filé acebolado Arroz Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Creme de milho/farofa colorida Bife á cavalo / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Legumes na manteiga Escondidinho de carne moída / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Vinagrete/ Mandioca frita Linguíça assada/Lombo assado Arroz/Feijão | Mix de folhas Maionese de legumes Costelinha de porco / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Lasanha a bolonhesa Sobrecoxa de frango assada / Isca de coxão mole acebolada Arroz/Feijão | Mix de folhas Farofa/ Mix de beterraba e batata soutê Pernil grelhado / Almôndega no molho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Batata/chcória refog. Frango á passarinho frito / Pernil assado no molho Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Purê de mandioquinha / Couve refogada Panqueca de carne moída/ Frango á parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Macarrão com brócolis e molho branco Lombo assado no molho/Frango a passarinho frito Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Mandioca Quibe de forno/ bife a rolê Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Chicória refogada/Farofa Maminha no alho/Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Batata palha / legumes na manteiga Strogonoff de frango / lombo grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Vinagrete/Farofa Couve refogada Feijoada Costelinha de porco cozida Torresmo á pururuca Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Maionese de legumes Bife á cavalo / Frango empanado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Batata palha / Salpicão Strogonoff de frango/ Maminha no alho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Abobrinha e Couve flor refogada Filé de merluza á milanesa / Bife á cavalo Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Lasanha a bolonhesa Frango empanado/ escondidinho de carne moída Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata frita / Berinjela salteada Bife acebolado/ filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Panqueca de carne moída/ Frango a passarinho frito Arroz/Feijão | Mix de folhas Vinagrete/Virado de chuchu Linguíça assada/ Lombo assado no molho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Creme de milho / cenoura e Beterraba refogadas Quibe de forno/pernil grelhado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Macarrão alho e óleo / Rocambolê de carne moída com legumes / Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro Picadinho de carne com legumes / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Maionese de legumes / Brócolis Fricassê de frango / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Cenoura e Beterraba raladas Hamburguer / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Couve flor/Abobrinha refogadas Quibe de forno / Lombo assado no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Farofa Couve refog. Vinagrete Costelinha de porco cozida Torresmo á pururuca Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Farofa Batata frita Linguíça assada / Bife de contra filé acebolado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Creme de milho Bife á cavalo / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Couve refog./Sufilê de chuchu Escondidinho de carne moída / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Vinagrete/ Mandioca frita Linguíça assada /lombo assado Arroz/Feijão | Mix de folhas Maionese de legumes Costelinha de porco / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Lasanha a bolonhesa Sobrecoxa de frango assada / Isca de coxão mole acebolada Arroz/Feijão | Mix de folhas Farofa/ Pernil grelhado / Almôndega no molho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Salpicão Frango á passarinho frito / Pernil assado no molho Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Batata frita/Chuchu refogado Maminha acebolada / Filé de frango á milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Creme de milho/Cenoura refog. Sobrecoxa de frango assada / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Polenta Panqueca de carne moída / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba/Cenoura ralada Bife á cavalo / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão alho e óleo Lombo assado no molho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Berinjela empanada / Mandioca cozida Carne moída com legumes/ Frango á milanesa Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Salpicão Maminha no alho/ filé de merluza empanado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro Rocambolê de carne moída recheado com legumes / Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Tempurá de legumes/ Batata soutê Bife de coxão mole acebolado / Filé de frango á parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Cenoura e Vagem refogados Filé de merluza empanado / Frango em cubos no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas Abobrinha e Chuchu refogados Almôndegas no molho / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba Mandioca frita Sobrecoxa de frango assada/ Picadinho de carne com legumes Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata frita/ Sufilê de legumes Pernil grelhado/ hamburguer á parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Farofa/Vinagrete Sobrecoxa de frango assada/Lagarto no molho |

| JULHO | | | | | | | |
|--------|--|---|---|---|---|--|--|
| | Segunda Feira | Terça Feira | Quarta Feira | Quinta Feira | Sexta Feira | Sábado | Domingo |
| Almoço | Salada de alface e tomate Purê de batata / Chuchu refogado Carne moída com legumes (cenoura e vagem) / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Farofa de ovo/Salpicão Pernil assado no molho madeira / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Canelone no molho rosé / Couve flor refogado Sobrecoxa de frango assada / Hamburguer à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Berinjela empanada / Batata assada temperada Bife de coxão mole acebolado / Frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Farofa / Cenoura ralada Carne de panela com batata e cenoura / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Maionese de legumes / Polenta fritas Costelinha de porco / Lombo grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Lasanha à bolonhesa Maminha no alho/ linguíça assada Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Cenoura e Vagem refogadas Hamburguer à parmegiana / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Legumes na manteiga Contra-filé grelhado / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura Purê de mandioquinha Panqueca de carne moída / Frango à milanesa Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata palha/ Chicória refogada Filé de tilápia grelhado / Stroganoff de carne Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Salpicão Bife de coxão mole acebolado / Frango a passarinho frito Arroz/Feijão | Mix de folhas Couve refogada/Vinagrete Pernil assado no molho madeira / Bife de coxão mole à milanesa Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Farofa/ Maionese de ovo Carne moída com batata/ sobrecoxa de frango assada Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface tomate picado Cenoura e Vagem refogados Maminha grelhada / Filé de frango à milanesa Arroz / Feijão | Salada de alface tomate picado Brócolis refogado / Batata frita Filé de merluza empanado / Bife coxão mole acebolado Arroz / Feijão | Mix de folhas (couve e rúcula) Farofa úmida/Vinagrete Frango à parmegiana / Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de alface tomate picado Creme de milho/Couve flor refog. Rocambole de carne moída recheado com legumes / Filé de frango grelhado Arroz / Feijão | Mix de folhas Beterraba/Feijão tropeiro Pernil assado no molho / Isca de contra filé acebolado Arroz / Feijão | Salada de alface tomate picado Farofa/Couve refogada/ Vinagrete Feijoada Costelinha de porco cozida/ Torresmo à pururuca Arroz/Feijão | Salada de repolho com tomate Macarrão a bolonhesa Sobrecoxa de frango assada / almôndegas no molho Arroz / Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Farofa úmida Abobrinha refogada Isca de frango grelhado / Lagarto no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Couve refog./Viradinho de chuchu Hamburguer à parmegiana / Filé de tilápia grelhado Arroz Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Legumes na manteiga / Batata assada Almondegas no molho / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Legumes na manteiga / Batata assada Almondegas no molho / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes / Mandioca frita Bife a rolê / Filé de frango no molho branco Arroz Feijão | Mix de folhas Batata soute / Macarrão alho e óleo Carne moída com legumes (cenoura e vagem) / Filé de frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Lasanha a bolonhesa Pernil assado no molho / Bife de coxão mole acebolado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Viradinho de chuchu / Abobrinha refogada Quibe de forno / Frango xadrez Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes / Farofa Pernil assado no molho / Isca de contra filé acebolada Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Sufilê de legumes / Couve flor refogado Escondidinho de carne moída / Filé de frango empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Berinjela à milanesa / Mandioca frita Bife á rolê / Filé de frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão alho e óleo / Brócolis souté Filé de merluza empanado / Pancetta no forno Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Cenoura Beterraba raladas Lagarto no molho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Batata frita / Vinagrete Fricassê de frango/ Bife de coxão mole acebolado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Vinagrete/ Beterraba refog. Filé de tilápia grelhado / Bife á cavalo Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Mandioca frita Sobrecoxa de frango assada / Almondegas no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Farofa/Vinagrete Frango à parmegiana / Panqueca de carne moída Arroz/Feijão | Mix de folhas Abobrinha e Chuchu refog. Pernil assado no molho / Frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Cenoura e Vagem refog. Linguíça assada / Carne moída com legumes Arroz/Feijão | Mix de folhas Maionese de legumes Lombo no molho / Maminha grelhada Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Salpicão Costelinha suína / Hamburguer à parmegiana Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Creme de milho/Chuchu refogado Contra filé acebolado / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Farofa de banana/Vinagrete Carne de panela com batata e cenoura / pernil grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Polenta frita/ Legumes na manteiga Lombo assado/ Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Filé de tilápia grelhado / bisteca suína Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Couve refogada/ Farofa colorida Pernil assado / Frango xadrez Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Macarrones/couve refog. Bife de coxão mole acebolado/ Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Beterraba refogada/ Mandioca frita Frango à parmegiana/ almondegas no molho Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Batata frita / Abobrinha soute Frango à parmegiana / pancetta de forno Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão a bolonhesa Pernil assado no molho madeira/ bife à rolê Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura Salpicão Bife de coxão mole acebolado / Bisteca suína Arroz/Feijão | Mix de folhas Legumes na manteiga Filé de frango grelhado/ almondegas no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Batata assada / Couve flor refogada Contra filé acebolado/ Filé de tilápia à milanesa Arroz/Feijão | Mix de folhas Cenoura e Vagem refogados Carne de panela com mandioca / pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Vinagrete / Farofa de ovo Lombo assado / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Creme de milho/Chuchu refogado Contra filé acebolado / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Farofa de banana/Vinagrete Carne de panela com batata e cenoura / pernil grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Polenta frita/ Legumes na manteiga Lombo assado/ Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | | | | |
| Jantar | Salada de alface e tomate Batata frita / Abobrinha soute Frango à parmegiana / pancetta de forno Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão a bolonhesa Pernil assado no molho madeira/ bife à rolê Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Salpicão Bife de coxão mole acebolado / Bisteca suína Arroz/Feijão | | | | |

| AGOSTO | | | | | | | |
|--------|---|--|--|--|---|--|---|
| | Segunda Feira | Terça Feira | Quarta Feira | Quinta Feira | Sexta Feira | Sábado | Domingo |
| Almoço | | | | Salada de alface e tomate Beterraba e Cenoura ralada Filé de frango grelhado / Almondegas no molho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Chicória refogada / Farofa de banana Carne de panela com batata /Linguíça assada Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Farofa Couve refogada/Vinagrete Feijoada Costelinha de porco cozida/Torresmo à pururuca Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Mandioquinha cozida / Rocambole de carne moída recheado com legumes / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão |
| Jantar | | | | Mix de folhas Batata soute/ couve refogada Bife de coxão mole acebolado/Filé de merluza à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba refogada/Farofa Panqueca de carne moída/ Pernil grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas Maionese de legumes Sobrecoxa de frango assada / Carne moída com legumes Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão a bolonhesa Almondegas no molho / Lombo assado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Batata palha/Vinagrete Strogonofe de frango / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Farofa /Cenoura refogada Linguíça assada / Bife de coxão mole na manteiga e alho Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Suflê de legumes /Farofa de banana Filé de frango grelhado / Almondegas no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Macarrão com brócolis no molho branco Filé de merluza empanado / Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Couve flor e batata gratinadas Lagarto no molho / Sobrecoxa de frango assada Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Beterraba cozida/Polenta frita Carne moída com legumes/ pernil grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Feijão tropeiro Pernil assado no molho/Filé de frango empanado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Macarronese/Farofa Frango à parmegiana / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Legumes na manteiga (Abobrinha e Cenoura) Filé de tilápia à milanesa/ Bife á cavalo Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Farofa/Vinagrete Maminha no alho / Frango à milanesa Arroz/Feijão | Mix de folhas Mandioquinha cozida Bisteca suína/ Lagarto no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Viradinho de chuchu/ Creme de milho Linguíça assada/ Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata assada/Berinjela empanada Bife de coxão mole acebolado / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Salpicão Strogonoff de frango / lombo grelhado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Batata assada / Mandioca frita Carne moída com legumes(cenoura e vagem) / Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Abobrinha e Chuchu refogados Filé de tilápia grelhado / Lagarto no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Nhoque à bolonhesa Pernil assado no molho / Almôndegas Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Couve flor e Brócolis refogados Bife coxão mole acebolado / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Creme de milho / Farofa Panqueca de carne moída / Isca de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Vinagrete /Farofa Polenta Bisteca suína grelhada / Bife a rolê Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Batata palha / Maionese de legumes Strogonoffe de frango / Contra filé no alho Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Legumes salteados / Farofa Bife de coxão mole acebolado / Filé de frango no molho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Cenoura e Vagem refogadas Linguíça assada / Fricassê de frango Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura Farofa/Vinagrete Escondidinho de carne moída / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas Macarrão com brócolis e bacon Filé de frango grelhado / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro Isca de contra filé grelhada / Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Mix de folhas Purê de batata Farofa de couve Panceta ao forno / Carne moída com legumes Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Salpicão Fraldinha grelhada / Pernil no molho madeira Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Batata frita/Chuchu refogado Maminha acebolada / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Creme de milho/Cenoura refogada Sobrecoxa de frango assada / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Polenta Panqueca de carne moída / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba/Cenoura ralada Bife à cavalo / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão alho e óleo Lombo assado no molho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Berinjela e Tomate Carne de panela com mandioca / linguíça assada Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Batata assada/Farofa Costelinha de porco / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro Rocambole de carne moída recheado com legumes / Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Tempurá de legumes/ Batata soute Bife de coxão mole acebolado / Filé de frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Cenoura e Vagem refogados Filé de merluza empanado / Frango em cubos no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas Abobrinha e Chuchu refogados Almondegas no molho / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba/Mandioca frita Sobrecoxa de frango assada/ Picadinho de carne com legumes Arroz/Feijão | Mix de folhas Suflê de legumes/Batata frita Contra filé no alho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Vinagrete/Farofa úmida Escondidinho de carne moída / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Couve refogada/ batata soute Lombo acebolado / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Vinagrete/Farofa Maminha grelhada / Filé de frango empanado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Creme de milho/ mandioca frita Frango em cubos com legumes / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Macarrão com brócolis e molho branco Lombo assado no molho/Frango a passarinho frito Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) MAndioca Quibe de forno/ bife a rolê Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Chicória refogada/Farofa Maminha no alho/Linguíça assada Arroz/Feijão | |
| Jantar | Salada de alface e tomate Virado de chuchu/Batata frita Filé de frango grelhado / Bife á cavalo Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Vinagrete/Abobrinha refogada Contra filé grelhado/ Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Couve flor e Cenoura refogadas Lagarto ao molho / Frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Abobrinha e Couve flor refogada Filé de merluza à milanesa / Bife à cavalo Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Lasanha a bolonhesa Frango empanado/ escondidinho de carne moída Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata frita / Berinjela salteada Bife acebolado/ filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | |

| SETEMBRO | | | | | | | |
|----------|--|--|---|--|--|---|--|
| | Segunda Feira | Terça Feira | Quarta Feira | Quinta Feira | Sexta Feira | Sábado | Domingo |
| Almoço | | | | | | | Mix de folhas(alface e rúcula) Salpicão Maminha no alho/ filé de merluza empanado Arroz/Feijão |
| Jantar | | | | | | | Salada de repolho e tomate Farofa/Vinagrete Sobrecoxa de frango assada/Lagarto no molho |
| Almoço | Salada de alface tomate picado Cenoura e Vagem refogados Maminha grelhada / Filé de frango à milanesa Arroz / Feijão | Salada de alface tomate picado Brócolis refogado / Batata frita Filé de merluza empanado / Bife coxão mole acebolado Arroz / Feijão | Mix de folhas (couve e rúcula) Farofa úmida/Vinagrete Frango à parmegiana / Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de alface tomate Creme de milho/Couve flor refog. Rocambolê de carne moída recheado com legumes / Filé de frango grelhado Arroz / Feijão | Mix de folhas Beterraba/Feijão tropeiro Pernil assado no molho / Isca de contra filé acebolado Arroz / Feijão | Salada de alface tomate picado Farofa/Couve refogada/ Vinagrete Feijoada Costelinha de porco cozida/ Torresmo à pururuca Arroz/Feijão | Salada de repolho com tomate Macarrão a bolonhesa Sobrecoxa de frango assada / almôndegas no molho Arroz / Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Farofa úmida Abobrinha refogada Isca de frango grelhado / Lagarto no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Creme de milho/couve refogada Hamburger à parmegiana / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Legumes na manteiga / Batata assada Almondegas no molho / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Legumes na manteiga / Batata assada Almondegas no molho / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Bife a rolê / Filé de frango no molho branco Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata soute / Macarrão alho e óleo Carne moída com legumes (cenoura e vagem) / Filé de frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Lasanha a bolonhesa Pernil assado no molho / Bife de coxão mole acebolado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Purê de mandioquinha / Couve refogada Panqueca de carne moída/ Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Macarrão com brócolis e molho branco Lombo assado no molho/Frango a passarinho frito Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Mandioca Quibe de forno/ bife a rolê Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Chicória refogada/Farofa Maminha no alho/Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Batata palha / legumes na manteiga Strogonoff de frango / lombo grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Vinagrete/Farofa Couve refogada Feijoada Costelinha de porco e torresmo à pururuca Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Maionese de legumes Bife à cavalo / Frango empanado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Batata palha / Salpicão Strogonoff de frango/ Maminha no alho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Abobrinha e Couve flor refogada Filé de merluza à milanesa / Bife à cavalo Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Lasanha a bolonhesa Frango empanado/ escondidinho de carne moída Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata frita / Berinjela salteada Bife acebolado/ filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Panqueca de carne moída/ Frango a passarinho frito Arroz/Feijão | Mix de folhas Vinagrete/Virado de chuchu Linguíça assada/ Lombo assado no molho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Creme de milho / cenoura e Beterraba refogadas Quibe de forno/pernil grelhado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Viradinho de chuchu / Abobrinha refogada Quibe de forno /Frango xadrez Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Pernil assado no molho / Isca de contra filé acebolado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Sufilé de legumes / Couve flor refogado Escondidinho de carne moída / Filé de frango empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Berinjela à milanesa / Mandioca frita Bife à rolê / Filé de frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão alho e óleo / Brócolis soute Filé de merluza empanado / Panceta no forno Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Cenoura Beterraba raladas Lagarto no molho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Batata frita / Vinagrete Fricassê de frango/ Bife de coxão mole acebolado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Vinagrete/ Farofa Filé de tilápia grelhado / Bife à cavalo Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Mandioca frita Sobrecoxa de frango assada / Almondegas no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura Salpicão Frango à parmegiana / Panqueca de carne moída Arroz/Feijão | Mix de folhas Chicória refog./Couve flor gratinado Pernil assado no molho / Frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Linguíça assada / Carne moída com legumes Arroz/Feijão | Mix de folhas Vinagrete/ Legumes salteados na manteiga Lombo no molho / Maminha grelhada Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Mandioca cozida Costelinha suína cozida/ Hamburger à parmegiana Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Vinagrete/ Farofa Linguíça/ escondidinho de carne moída Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Macarrão com brócolis e bacon Sobrecoxa de frango assada/Pernil grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Cenoura e Vagem refogados Lagarto no molho/ Fricassê de frango Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba e Batata cozidas Bife acebolado/ Filé de frango no molho de ervas Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Batata palha / Virado de chuchu Hamburger à parmegiana/ Strogonoff de frango Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Berinjela empanada / Mandioca cozida Carne moída com legumes/ Frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Canelone / Salpicão Frango no molho de ervas/ carne moída com legumes Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro/ polenta Bife acebolado/ filé de frango no molho de ervas Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Beterraba e cenoura ralada Carne moída com legumes/ filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Batata soute/Brócolis Maminha no alho/Linguíça Arroz/Feijão | Mix de folhas Couve flor gratinado/ Macarrão alho e óleo Bife à cavalo/ Frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Abobrinha e Chuchu refogados Fricassê de frango/ Panqueca de carne moída Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata frita/ Sufilé de legumes Pernil grelhado/ hamburger à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Vinagrete / farofa úmida Costelinha de porco / filé frango grelhado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Leitoa pururuca / Bife de coxão mole acebolado Arroz/Feijão | | | | | | |
| Jantar | Salada de alface e tomate Sufilé de legumes/ farofa de banana Contra filé acebolado /almondegas no molho Arroz/Feijão | | | | | | |

| OUTUBRO | | | | | | | |
|---------|--|---|--|--|---|--|---|
| | Segunda Feira | Terça Feira | Quarta Feira | Quinta Feira | Sexta Feira | Sábado | Domingo |
| Almoço | | Salada de alface e tomate Farofa de banana/Vinagrete Carne de panela com batata e cenoura / pernil grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Polenta frita/ Legumes na manteiga Lombo assado/ Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Filé de tilápia grelhado / bisteca suína Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Couve refogada/ Farofa colorida Pernil assado / Frango xadrez Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Cenoura e Vagem refogadas Bife de coxão mole acebolado/ Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Beterraba refogada/ Mandioca frita Frango à parmegiana/ almondegas no molho Arroz/Feijão |
| Jantar | | Salada de repolho e tomate Macarrão a bolonhesa Pernil assado no molho madeira/ bife à rolê Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Salpicão Bife de coxão mole acebolado / Bisteca suína Arroz/Feijão | Mix de folhas Legumes na manteiga/ Macarronense Filé de frango grelhado/ almondegas no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Batata assada / Couve flor refogada Contra filé acebolado/ Filé de tilápia à milanesa Arroz/Feijão | Mix de folhas Cenoura e Vagem refogados Carne de panela com mandioca / pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Vinagrete / Farofa de ovo Lombo assado / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Batata frita/Chuchu refogado Maminha acebolada / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Creme de milho/Cenoura refogada Sobrecoxa de frango assada / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Polenta cremosa Panqueca de carne moída / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba/Cenoura ralada Bife à cavalo / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão alho e óleo Lombo assado no molho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Couve flor e Brócolis refogados Carne de panela com mandioca / linguça assada Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Batata assada/Farofa Costelinha de porco / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro Rocambolê de carne moída recheado com legumes / Linguça assada Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Tempurá de legumes/ Batata soute Bife de coxão mole acebolado / Filé de frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Cenoura e Vagem refogados Filé de merluza empanado / Frango em cubos no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas Abobrinha e Chuchu refogados Almondegas no molho / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Berinjela /Mandioca frita Sobrecoxa de frango assada/ Picadinho de carne com legumes Arroz/Feijão | Mix de folhas Suflê de legumes Batata frita Contra filé no alho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Vinagrete Farofa úmida Escondidinho de carne moída / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Macarrão alho e óleo / Rocambolê de carne moída com legumes / Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro Picadinho de carne com legumes / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Maionese de legumes / Brócolis Fricassê de frango / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Cenoura e Beterraba raladas Hamburguer / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Couve flor Abobrinha refogadas Quibe de forno / Lombo assado no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Farofa/Couve refog. Vinagrete Costelinha de porco cozida Torresmo á pururuca Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Farofa/Batata frita Linguça assada / Bife de contra filé acebolado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Creme de milho Bife á cavalo / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Escondidinho de carne moída / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Vinagrete/ Mandioca frita Linguça assada / Arroz/Feijão | Mix de folhas Maionese de legumes Costelinha de porco / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Lasanha a bolonhesa Sobrecoxa de frango assada / Isca de coxão mole acebolada Arroz/Feijão | Mix de folhas Farofa/ Legumes na manteiga Pernil grelhado / Almôndega no molho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Batata temperada assada/ Virado de chuchu Frango à passarinho frito / Pernil assado no molho Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Batata soute / Mandioca frita Carne moída com legumes(cenoura e vagem) / Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Abobrinha e Chuchu refogados Filé de tilápia grelhado / Lagarto no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Nhoque à bolonhesa Pernil assado no molho / Almôndegas Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Cenoura e Vagem refogados Bife coxão mole acebolado / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Creme de milho / Farofa Panqueca de carne moída / Isca de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Vinagrete /Polenta Bisteca suína grelhada / Bife a rolê Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Batata palha / Maionese de legumes Stroganoffe de frango / Contra filé no alho Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Legumes salteados / Farofa Bife de coxão mole acebolado / Filé de frango no molho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Cenoura e Vagem refogadas Linguça assada / Fricassê de frango Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura Farofa/Vinagrete Escondidinho de carne moída / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas Macarrão com brócolis e bacon Filé de frango grelhado / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Viradinho de chuchu / Purê de batta Isca de contra filé grelhada / Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata frita/ Farofa de couve Panceta ao forno / Carne moída com legumes Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Salpicão Fraldinha grelhada / Pernil no molho madeira Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Creme de milho/Chuchu refogado Contra filé acebolado / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface tomate picado Cenoura e Vagem refogados Maminha grelhada / Filé de frango à milanesa Arroz / Feijão | Salada de alface tomate picado Brócolis refogado / Batata frita Filé de merluza empanado / Bife coxão mole acebolado Arroz / Feijão | Mix de folhas (couve e rúcula) Farofa úmida/Vinagrete Frango à parmegiana / Linguça assada Arroz/Feijão | | | |
| Jantar | Salada de alface e tomate Batata frita / Abobrinha soute Frango à parmegiana / pancetta de forno Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Farofa úmida/Abobrinha refogada Isca de frango grelhado / Lagarto no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Salpicão Hamburguer à parmegiana / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Legumes na manteiga / Batata assada Almondegas no molho / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | | | |

| NOVEMBRO | | | | | | | |
|----------|--|--|--|---|--|---|--|
| | Segunda Feira | Terça Feira | Quarta Feira | Quinta Feira | Sexta Feira | Sábado | Domingo |
| Almoço | | | | | Salada de repolho e tomate Batata palha / legumes na manteiga Strogonoff de frango / lombo grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Vinagrete/Farofa/Couve refogada Feijoada Costelinha de porco cozida Torresmo à pururuca Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Maionese de legumes Bife à cavalo / Frango empanado Arroz/Feijão |
| Jantar | | | | | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Panqueca de carne moída/ Frango a passarinho frito Arroz/Feijão | Mix de folhas Vinagrete/Virado de chuchu Linguíça assada/ Lombo assado no molho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Creme de milho / cenoura e Beterraba refogadas Quibe de forno/pernil grelhado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Purê de batata / Chuchu refogado Carne moída com legumes (cenoura e vagem) / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Farofa de ovo/Salpicão Pernil assado no molho madeira / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Canelone no molho rosé / Couve flor refogado Sobrecoxa de frango assada / Hamburger à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Berinjela empanada /Batata assada Bife de coxão mole acebolado / Frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Farofa / Cenoura ralada Carne de panela com batata / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Maionese de legumes Costelinha de porco / Lombo grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Lasanha à bolonhesa Maminha no alho/ linguíça assada Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Cenoura e Vagem refogadas Hamburger à parmegiana / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Legumes na manteiga Contra-filé grelhado / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Viradinho de chuchu/ Polenta frita Panqueca de carne moída / Frango à milanesa Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata palha/ Chicória refogada Filé de tilápia grelhado / Strogonoff de carne Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Salpicão Bife de coxão mole acebolado / Frango a passarinho frito Arroz/Feijão | Mix de folhas Couve refogada/Vinagrete Pernil assado no molho madeira / Bife de coxão mole à milanesa Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Farofa/ Maionese de ovo Carne moída com batata/ sobrecoxa de frango assada Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface tomate picado Cenoura e Vagem refogados Maminha grelhada / Filé de frango à milanesa Arroz / Feijão | Salada de alface tomate picado Brócolis refogado / Batata frita Filé de merluza empanado / Bife coxão mole acebolado Arroz / Feijão | Mix de folhas (couve e rúcula) Farofa úmida/Vinagrete Frango à parmegiana / Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de alface tomate picado Creme de milho/Couve flor refog. Rocambolo de carne moída recheado com legumes / Filé de frango grelhado Arroz / Feijão | Mix de folhas Beterraba/Feijão tropeiro Pernil assado no molho / Isca de contra filé acebolado Arroz / Feijão | Salada de alface tomate picado Farofa/Couve refogada / Vinagrete Feijoada Costelinha de porco cozida/ Torresmo à pururuca Arroz/Feijão | Salada de repolho com tomate Macarrão a bolonhesa Sobrecoxa de frango assada / almôndegas no molho Arroz / Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Farofa úmida/Abobrinha refogada Isca de frango grelhado / Lagarto no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Beterraba e Cenoura soute Hamburger à parmegiana / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura Legumes na manteiga / Batata assada Almondegas no molho / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Legumes na manteiga / Batata assada Almondegas no molho / Bisteca suína grelhada Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes / Mandioca frita Bife a rolê / Filé de frango no molho branco Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata soute / Macarrão alho e óleo Carne moída com legumes (cenoura e vagem) / Filé de frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Lasanha a bolonhesa Pernil assado no molho / Bife de coxão mole acebolado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Viradinho de chuchu / Mandioca frita Quibe de forno / Frango xadrez Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes / Farofa Pernil assado no molho / Isca de contra filé acebolada Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Sufilê de legumes / Couve flor refogado Escondidinho de carne moída / Filé de frango empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Berinjela à milanesa / Mandioca frita Bife à rolê / Filé de frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão alho e óleo / Brócolis soute Filé de merluza empanado / Panceta no forno Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Cenoura Beterraba raladas Lagarto no molho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Batata frita / Vinagrete Fricassê de frango/ Bife de coxão mole acebolado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Vinagrete Filé de tilápia grelhado / Bife à cavalo Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Mandioca frita Sobrecoxa de frango assada / Almondegas no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Frango à parmegiana / Panqueca de carne moída Arroz/Feijão | Mix de folhas Salpicão Pernil assado no molho / Frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Linguíça assada / Carne moída com legumes Arroz/Feijão | Mix de folhas Lombo no molho / Maminha grelhada Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Costelinha suína / Hamburger à parmegiana Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Purê de mandioquinha / Couve refogada Panqueca de carne moída/ Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Macarrão com brócolis e molho branco Lombo assado no molho/Frango a passarinho frito Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Mandioca Quibe de forno/ bife a rolê Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Chicória refogada/Farofa Maminha no alho/Linguíça assada Arroz/Feijão | Salada de alface tomate picado Cenoura e Vagem refogados Maminha grelhada / Filé de frango à milanesa Arroz / Feijão | Salada de alface tomate picado Brócolis refogado / Batata frita Filé de merluza empanado / Bife coxão mole acebolado Arroz / Feijão | |
| Jantar | Salada de alface e tomate Batata palha / Salpicão Strogonoff de frango/ Maminha no alho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Abobrinha e Couve flor refogada Filé de merluza à milanesa / Bife à cavalo Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura Lasanha a bolonhesa Frango empanado/ escondidinho de carne moída Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata frita / Berinjela salteada Bife acebolado/ filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Farofa úmida/Abobrinha refogada Isca de frango grelhado / Lagarto no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Salpicão Hamburger à parmegiana / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | |

| DEZEMBRO | | | | | | | |
|----------|---|--|---|---|--|--|--|
| | Segunda Feira | Terça Feira | Quarta Feira | Quinta Feira | Sexta Feira | Sábado | Domingo |
| Almoço | | | | | | | Mix de folhas(alface e rúcula) Polenta frita / Farofa Bife a cavalo/ filé de frango grelhado Arroz/Feijão |
| Jantar | | | | | | | Salada de repolho e tomate Nhoque à bolonhesa Leitua a pururuca / frango à parmegiana Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Macarrão alho e óleo / Couve flor refog. Rocambolê de carne moída com legumes / Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Feijão tropeiro Picadinho de carne com legumes / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Maionese de legumes / Brócolis gratin. Fricassê de frango / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Cenoura e Beterraba raladas Hamburger de carne moída à parmegiana / Filé de frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Couve flor/Abobrinha refogadas Quibe de forno / Lombo assado no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Farofa/Couve refog. Vinagrete Costelinha de porco cozida Torresmo à pururuca Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Farofa/Batata frita Linguíça assada / Bife de contra filé acebolado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Creme de milho/ Cenoura ralada Bife à cavalo / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Salpicão Escondidinho de carne moída / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Vinagrete/ Mandioca frita Linguíça assada / Bife de coxão mole grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas Maionese de legumes Costelinha de porco / Filé de tilápia grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Lasanha a bolonhesa Sobrecoxa de frango assada / Isca de coxão mole acebolada Arroz/Feijão | Mix de folhas Farofa/Polenta frita Pernil grelhado / Almondéga no molho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Batata temperada assada e Berinjela empanada Frango à passarinho frito / Pernil assado no molho Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Viradinho de chuchu / Abobrinha refogada Quibe de forno /Frango xadrez Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Pernil assado no molho / Isca de contra filé acebolada Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Sufilê de legumes / Couve flor refogado Escondidinho de carne moída / Filé de frango empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Berinjela à milanesa / Mandioca frita Bife à rolê / Filé de frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Macarrão alho e óleo / Brócolis soubé Filé de merluza empanado / Panceta no forno Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Cenoura Beterraba raladas/ Batata soubé Lagarto no molho / Filé de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Batata frita / Vinagrete Fricassê de frango/ Bife de coxão mole acebolado Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Vinagrete/Farofa Filé de tilápia grelhado / Bife à cavalo Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Mandioca frita Sobrecoxa de frango assada / Almondégas no molho Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Farofa/ Creme de milho Frango à parmegiana / Panqueca de carne moída Arroz/Feijão | Mix de folhas Farofa/Vinagrete Pernil assado no molho / Frango à milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Legumes na manteiga Linguíça assada / Carne moída com legumes Arroz/Feijão | Mix de folhas Maionese de legumes Lombo no molho / Maminha grelhada Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Purê de mandioquinha/Couve refog. Costelinha suína / Hamburger à parmegiana Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Batata soubé / Mandioca frita Carne moída com legumes(cenoura e vagem) / Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Abobrinha e Chuchu refogados Filé de tilápia grelhado / Lagarto no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Nhoque à bolonhesa Pernil assado no molho / Almondégas Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Cenoura e Vagem refogadas Bife coxão mole acebolado / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Creme de milho / Farofa Panqueca de carne moída / Isca de frango grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Vinagrete /Polenta Bisteca suína grelhada / Bife a rolê Arroz/Feijão | Mix de folhas(alface e rúcula) Batata palha / Maionese de legumes Stroganoff de frango / Contra filé no alho Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Legumes salteados / Farofa Bife de coxão mole acebolado / Filé de frango no molho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Cenoura e Vagem refogadas Linguíça assada / Fricassê de frango Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Farofa/Vinagrete Escondidinho de carne moída / Pernil grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas Macarrão com brócolis e bacon Filé de frango grelhado / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Viradinho de chuchu / Isca de contra filé grelhada / Frango à parmegiana Arroz/Feijão | Mix de folhas Purê de batata/Farofa de couve Panceta ao forno / Carne moída com legumes Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Salpicão Fraldinha grelhada / Pernil no molho madeira Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Leitua pururuca / Bife de coxão mole acebolado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Canelone / Salpicão Frango no molho de ervas/ carne moída com legumes Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Vinagrete /Farofa Contra file /Linguíça Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Couve refogada/Batata assada Costelinha de porco / frango a parmegiana Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Batata palha / Cenoura refogada Almondéga / stroganoff frango Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Creme de milho / Chuchu refogado Lombo grelhado/Filé tilápia a milanesa Arroz/Feijão | Mix de folhas (alface e rúcula) Nhoque à bolonhesa Pernil assado no molho / Almondégas Arroz/Feijão |
| Jantar | Salada de alface e tomate Sufilê de legumes/ farofa de banana Contra filé acebolado /almondégas no molho Arroz/Feijão | Salada de repolho e tomate Vinagrete / farofa úmida Costelinha de porco / filé frango grelhado Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura Purê de batata/ Beterraba cozida Carne com legumes / lombo grelhado Arroz/Feijão | Mix de folhas Cenoura e tomate Pernil assado / filé de tilápia milanesa Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Linguíça/ lagarto no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas Batata frita / cenoura e vagem refogadas Bife coxão mole acebolado / Frango no molho de ervas Arroz/Feijão | Salada de alface e cenoura ralada Farofa/Vinagrete Escondidinho de carne moída / Pernil grelhado Arroz/Feijão |
| Almoço | Salada de alface e tomate Maionese de legumes Leitua pururuca / Bife de coxão mole acebolado Arroz/Feijão | Salada de alface e tomate Cenoura e Vagem refogadas Bife coxão mole acebolado / Filé de merluza empanado Arroz/Feijão | | | | | |
| Jantar | Salada de alface e tomate Sufilê de legumes/ farofa de banana Contra filé acebolado /almondégas no molho Arroz/Feijão | Mix de folhas Macarrão com brócolis e bacon Filé de frango grelhado / Filé de tilápia empanado Arroz/Feijão | | | | | |