

Mês : Julho /2024

	Segunda (29/07)	Terça (30/07)	Quarta (31/07)	Quinta (01/08)	Sexta (02/08)
Proteína Principal	Lombo suíno na panela com batata	Tatu assado com alecrim	Mignon suíno com molho madeira	Lasanha bolonhesa	Bife suíno grelhado com ervilhas
2ª opção de proteína	Filé de frango grelhado	Frango ensopado	Sobrecoxa assada com gergelin	Peito frango grelhado	Carne de panela
Acompanhamento	Arroz branco/ arroz integral/ Feijão preto ou carioca	Arroz branco/ arroz integral/ Feijão preto ou carioca	Arroz branco/ arroz integral/ Feijão preto ou carioca	Arroz branco/ arroz integral/ Feijão preto ou carioca	Arroz branco/ arroz integral/ Feijão preto ou carioca
Opção vegetariana	Omelete	Hamburguer	Panqueca	Refogado	Ovo frito
Guarnição	Macarrão molho pesto	Polenta com queijo	Macarrão a primavera	Farofa temperada	Macarrão alho e óleo
Salada (folha)	Alface	Alface com laranja	Alface	Alface	Alface com repolho
Salada (cozida)	Abobrinha Cozida	Chuchu	Abóbora cozida	Grão de bico	Cenoura cozida
Salada (crua)	Repolho bicolor	Cenoura ralada	Pepino	Vinagrete	Tomate com cebola
Sobremesa	Melancia	Pudim	Banana	Sagu	Docinho
Suco	Suco	Suco	Suco	Suco	Suco