

Semana I - de 30 de abril a 04 de maio

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
03 Saladas Cruas	Alface, Tomate/ Alface Americana e Ervilha/ Agrião e Abacaxi	FERIADO	Alface, Tomate/ Alface Americana/ Pepino com Azeitonas	Alface, Tomate/ Cenoura e Beterraba raladas/ Alface Americana e Tomate cereja	Alface, Tomate/ Rúcula e Tomate Seco/ Alface Americana
02 Saladas Cozidas	Cenoura e Beterraba/ Macarrão e Ricota		Lentilha e Tomate/ Couve ao Alho e Óleo	Quiabo e Banana da Terra/ Abóbora	Ovo Cozido com Molho Rosé
02 tipos de Arroz	Branco/ Integral com Ovo Cozido		Branco/ Integral com Vagem	Branco/ Integral	Branco/ Integral
Feijão	Feijão com Chuchu		Feijão Preto	Feijão	Feijão
Prato Principal	Hamburguer de Frango de Forno		Isca de Carne ao Molho	Ensopado de Peixe	Lombo
Guarnição	Purê de Batatas		Nhoque de Batata com Molho de Tomate	Macarrão de Forno	Pizza
Opção Opção Grelhado	Omelete de Legumes		Sanduíche de Forno de Atum	Almôndegas de Soja	Torta de Bacalhau
	Frango		Frango	Carne	Frango

Semana II - de 07 a 11 de maio

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
03 Saladas Cruas	Alface, Tomate/ Alface Americana/ Cenoura ralada com Atum	Alface, Tomate/ Couve com Laranja/ Alface Americana	Alface, Tomate/ Beterraba ralada/ Alface Americana e Abacaxi	Alface e Tomate/ Acelga, Passas e Linhaça/ Alface Americana	Alface e Tomate/ Cenoura e Chuchu ralados/ Alface Americana
02 Saladas Cozidas	Vagem/ Couve Flor	Batata e Quiabo com Ervas/ Tomate Gratinado	Grão de Bico/ Espinafre refogado	Berinjela, Abobrinha e Passas/ Beterraba	Salada de Abacate
02 tipos de Arroz	Branco/ Integral com Legumes	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Ovo cozido	Branco/ Integral	Branco/ Integral
Feijão	Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão com Couve	Feijão
Prato Principal	Coxa e Sobrecoxa Ensopada	Frango Xadrez	Empadão de Frango	Peixe ao Forno com Molho de Tomate	Bife Rolê com Cenoura
Guarnição	Abacaxi e Banana Grelhados	Farofa de Banana	Macarrão com Molho de Tomate	Batatas Cozidas	Pizza
Opção Opção Grelhado	Rocambole de Soja	Torta Crepe de Queijo com Maçã	Couve Flor Gratinada	Bolinho de Cenoura com Ricota	Torta de Cebola
	Frango	Carne	Carne	Frango	Frango

Semana III - de 14 a 18 de maio

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
03 Saladas Cruas	Alface, Pepino/ Tomate e Orégano/ Alface Americana	Alface, Tomate/ Rúcula e Tomate seco/ Alface Americana	Alface, Tomate/ Beterraba e Cenoura ralados/ Alface Americana e Ricota	Alface, Tomate/ Folhas verdes com molho de logurte/ Alface Americana	Alface, Tomate/ Alface Americana/ Agrião e Gergelim
02 Saladas Cozidas	Ovo Cozido/ Brócolis e Cenoura	Legumes/ Berinjela e Tomate em camadas	Batata Cozida/ Tabule Tropical	Quiabo/ Chuchu e Castanha	Couve Flor, Kani e Manga
02 tipos de Arroz	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Cenoura	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Linhaça
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão com Chuchu	Feijão Preto	Feijão
Prato Principal	Almôndegas de Frango ao Forno	Carne do Sol Acebolada	Quibe de Forno	Lasanha a Bolonhesa	Ensopado de Peixe
Guarnição	Macarrão Penne com Molho de Tomate	Purê de Aipim	Sushi	Legumes Sauté	Pizza
Opção Opção Grelhado	Torta de Atum	Empadão de Camarão	Mexidinho de Frango	Soja Refogada	Souflê de Legumes
	Frango	Frango	Frango	Carne	Carne

Semana IV - de 21 a 25 de maio

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
03 Saladas Cruas	Alface, Tomate/ Alface Americana/ Acelga, Presunto e Melão	Alface, Tomate/ Alface Americana e Ricota/ Vinagrete de Pepino	Alface, Tomate/ Alface Americana e Cebola/ Alface Roxa e Pepino	Alface, Tomate/ Acelga, Crouton e Parmesão/ Alface Americana	Alface, Tomate/ Alface Americana/ Tropical
02 Saladas Cozidas	Cenoura e Beterraba/ Batata Doce	Feijão Fradinho, Banana da Terra/ Abóbora	Chuchu com Manga/ Atum e Cenoura	Repolho Refogado/ Batata, Maçã e Abacaxi	Frango, Palmito e Melão
02 tipos de Arroz	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Milho e Ervilha	Branco/ Integral	Branco/ Integral
Feijão	Feijão Preto	Feijão	Feijão com Repolho	Feijão	Feijão
Prato Principal	Coxa e Sobrecoxa Assada com Alecrim	Frango ao Curry	Peixe Assado com Limão	Frango Indiano	Rosbife a Vinagrete
Guarnição	Macarrão com Molho de Queijo	Purê de Abóbora	Pirão de Peixe	Grão de Bico Ensopado com Legumes	Pizza
Opção Opção Grelhado	Bolo de Milho com Queijo	Estrogonofe de Couve Flor	Omelete de Soja	Abobrinha Recheada com Ricota	Abobora, maçã verde e queijo
	Frango	Carne	Frango	Carne	Frango

Semana V - de 28 de maio a 01 de junho

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
03 Saladas Cruas	Alface, Tomate/ Acelga, Kani e Manga/ Alface Americana	Alface, Tomate/ Cenoura ralada/ Alface Americana	Alface, Tomate/ Pepino e Azeitonas/ Alface Americana	Alface, Tomate/ Abacaxi e Crouton/ Alface Americana e Palmito	Alface, Tomate/ Espinafre e Cebola Roxa/ Alface Americana e Ricota
02 Saladas Cozidas	Berinjela e Pimentão/ Legumes	Batata Gratinada e Atum/ Vagem, Berinjela e Milho	Grão de bico/ Beterraba e Milho	Cenoura, Chuchu, Ricota/ Brócolis ao Alho e Óleo	Salpicão
02 tipos de Arroz	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral	Branco/ Integral com Legumes	Branco/ Integral
Feijão	Feijão Preto	Feijão com Beterraba	Feijão	Feijão	Feijão
Prato Principal	Yakissoba de Frango com Legumes	Rocambole de Batata com Recheio de Carne	Cozido (carnes)	Catado de Peixe	Bobó de Frango
Guarnição	Banana da Terra Cozida	Legumes na Chapa com Shoyo	Pirão	Pizza	Quiabada Natural (quiabo e Abóbora)
Opção	Escondidinho de Soja com Batata	Bacalhau a Portuguesa	*** (verduras do cozido)	Risoto de Frango com Milho e Ervilha	Quiche de Frango com Queijo
Opção Grelhado	Frango	Frango	Frango	Carne	Carne

* **Cardápio sujeito a alterações**