

ALMOÇO – UNIDADE 1

06/03 a 10/03



SEGUNDA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ File de frango grelhado
- ✓ Creme de milho

TERÇA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ Bife ao molho madeira
- ✓ Farofa rica

QUARTA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ Panqueca de carne
- ✓ Legumes na manteiga

QUINTA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ Espetinho de frango
- ✓ Purê de batata

SEXTA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ Frango assado
- ✓ Macarrão ao molho sugo



ALMOÇO – UNIDADE 1

13/03 a 17/03



SEGUNDA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ Isca de frango
- ✓ Legumes soute

TERÇA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Frango em cubo ao molho de requeijão
- ✓ Escarola refogada

QUARTA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ Bife acebolado
- ✓ Batata rustica

QUINTA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ hambúrguer de carne nutritivo
- ✓ Creme de espinafre

SEXTA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ Estrogonofe de carne
- ✓ Batata palha



ALMOÇO – UNIDADE 1

20/03 a 24/03

SEGUNDA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ Frango assado
- ✓ Macarrao alho e óleo com cenoura ralada

TERÇA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ File de frango a pizzaiolo
- ✓ Escarola refogada

QUARTA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ Parmegiana de carne
- ✓ Batata frita

QUINTA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ Carne assada
- ✓ cuscuz mole

SEXTA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Fricasse de frango
- ✓ Brocolis refogado



ALMOÇO – UNIDADE 1

27/03 a 31/03

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ Bife grelhado
- ✓ Lasanha de berinjela

TERÇA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ Rocambole de carne recheado
- ✓ Pure de cenoura com mandioquinha

QUARTA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ Frango crocante
- ✓ Batata gratina

QUINTA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ File de frango grelhado
- ✓ Polenta ao forno com queijo

SEXTA

- ✓ Saladas variadas
- ✓ Arroz integral
- ✓ Arroz Branco
- ✓ Feijão
- ✓ Lombo assado
- ✓ legumes soute

