


Segunda 01	Terça 02	Quarta 03	Quinta 04	Sexta 05
Arroz e Feijão Bife de Panela Farofa Nutritiva (c/ aveia e Cenoura) Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Frango Chuchu gratinado Salada Fruta e Suco	Espaguete ao sugo Carne moída Milho no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Filé Mignon Suíno Batata Bolinha dourada Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Ovo estrelado Purê de Mandioquinha Salada Gelatina e Suco
Segunda 08	Terça 09	Quarta 10	Quinta 11	Sexta 12
EMENDA	FERIADO	Arroz Strogonoff de Carne Batata Palha Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Picadinho de Frango Creme de Milho Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (ao forno) Brócolis no vapor Salada Fruta e Suco
Segunda 15	Terça 16	Quarta 17	Quinta 18	Sexta 19
Arroz e Feijão Escalopinho ao molho Batata Rústica Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Nuggets caseiro (c/ aveia) Abobrinha no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Carne desfiada Polenta cremosa Salada Fruta e Suco	Parafuso ao sugo Filé de Frango Acelga refogada c/ Cenoura Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Carne moída c/ Legumes Salada Fruta Suco
Segunda 22	Terça 23	Quarta 24	Quinta 25	Sexta 26
Arroz e Feijão Filé de Sobrecoxa Brócolis no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Picadinho de Carne Farofa de Banana (c/ aveia) Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (ao forno) Creme de Milho Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Omelete na chapa Abóbora corada Salada Fruta e Suco	Penne ao sugo Filé de Frango Jardineira de Legumes Salada Fruta e Suco
Segunda 29	Terça 30	Quarta 31	 <p>Cila Omine Nutricionista CRN3 5440</p> <p><i>Cila Omine</i></p>	
Arroz e Feijão Kibe assado Milho no vapor Salada Gelatina e Suco	Arroz Strogonoff de Frango Batata assada Salada Fruta e Suco	PLANEJAMENTO		

Obs. As saladas, frutas e sucos serão variados de acordo com a safra/estação.