

DIA	PRATO BASE			PRATO PRINCIPAL			SALADA		SUCO	SOBREMESA
				ACOMPANHAMENTO	PROTEÍNA	OPÇÃO VEGETARIANO	OPÇÃO 1	OPÇÃO 2		
04/set	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA	FAROFA DE CEBOLA	SOBRECOXA ASSADA	PANQUECA VEGETARIANA DE SOJA (contém glúten e lactose)	ALFACE, RÚCULA, MANGA	VINAGRETE	MARACUJÁ	MELANCIA
05/set	ARROZ BRANCO COM MILHO VERDE	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA	CUSCUZ TEMPERADO	ISCAS DE CARNE AO MOLHO ESCURO	LENTILHA XADREZ	ALFACE, TOMATE E MANGA	CENOURA E BETERRABA COZIDAS C/ ERVILHA	MANGA	MELÃO
06/set	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA	FAROFA DE COUVE	FEIJOADA	FEIJOADA VEGETARIANA (Feijão preto; cenoura; beterraba; couve; pimentão; cheiro verde)	VINAGRETE	MIX DE FOLHAS C/ MANGA	ACEROLA	LARANJA
08/set	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO CARIOCA	BATATA DOCE SAUTÉ (não contém lactose)	CHURRASCO MISTO*****	SALPICÃO DE GRÃO DE BICO	TOMATE, CEBOLA E PIMENTÃO EM RODELAS (1/2 tomates e 1/2 pimentão e cebola)	CENOURA, VARGEM E MILHO VERDE	MARACUJÁ	PAÇOCA

JANTAR

DIA	PRATO BASE			PRATO PRINCIPAL			SALADA (CRUA E COZIDA)	SUCO	SOBREMESA
				ACOMPANHAMENTO	PROTEÍNA	VEGETARIANO			
04/set	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	CALDO DE CARNE	LEGUMES ASSADOS*** (não contém lactose)	LASANHA DE FRANGO (contém glúten e lactose)	GUISADO VEGETARIANO****	ALFACE, ACELGA E ABACAXI	CAJU	BANANA
05/set	ARROZ BRANCO COM ERVILHA	ARROZ INTEGRAL	CREME DE ABÓBORA COM CARNE	BATATA DOCE SAUTÉ (não contém lactose)	PANQUECA MISTA (contém glúten e lactose)	GRÃO DE BICO C/ LEGUMES	TOMATE, CEBOLA E PIMENTÃO EM RODELAS (1/2 tomates e 1/2 pimentão e cebola)	UMBU	MAMÃO
06/set	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	CALDO DE LEGUMES	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	BIFE BOVINO GRELHADO	BERINJELA GRATINADA contém lactose *	ALFACE, ACELGA, TOMATE E ABACAXI	MARACUJÁ	MELANCIA
08/set	ARROZ BRANCO	ARROZ INTEGRAL	SOPA DE FEIJÃO C/ LINGUIÇA	FAROFA DE CEBOLA	BISTECA ACEBOLADA	TOMATE RECHEADO COM SOJA	ALFACE AMERICANA, PEPINO E TOMATE	ACEROLA	LARANJA

*COZIDO SERTANEJO - músculo dianteiro sem gordura aparente, sebos e peles; linguiça; tomate; pimentão; abóbora; alho; cebola roxa.

** CONTÉM GLÚTEN E LACTOSE

*** LEGUMES ASSADOS - Cenoura, batata inglesa, batata doce, abóbora, alho, cebola, sal.

**** GUISADO VEGETARIANO - Grão de bico; lentilha; ervilha; milho verde; cenoura; cebola; alho; azeite e sal.

***** CHURRASCO MISTO - Filé de frango, carne bovina e linguiça, todos sem gordura aparente, sebos e peles - GRELHADOS OU ASSADOS