

COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 17/03/2024	3ª FEIRA 18/03/2024	4ª FEIRA 19/03/2024	5ª FEIRA 20/03/2024	6ª FEIRA 21/03/2024
SALADA	MIX DE FOLHAS/ BETERRABA RALADA (80G)	MIX DE FOLHAS/ CHUCHU COZIDO (80G)	MIX DE FOLHAS/ ACELGA (80G)	MIX DE FOLHAS/ CENOURA (80G)	MIX DE FOLHAS/ REPOLHO ROXO (80G)
PRATO PRINCIPAL	CARNE DE PANELA (140G)	COXA E SOBRECOXA ASSADA (140G)	ALMÔNDEGAS AO SUGO (140G)	LINGUIÇA PARA CHURRASCO ASSADA (140G)	CARNE SUÍNA ASSADA (140G)
OPÇÕES VEGETARIANAS	BOLINHO DE GRÃO DE BICO (140G)	ESCONDIDINHO DE PTS (140G)	KIBE VEGANO (140G)	PTS REFOGADA (140G)	TOMATE RECHEADO COM PTS (100G)
GUARNIÇÃO	POLENTA AO SUGO (100G)	MACARRÃO COM ERVAS (100G)	BATATA DOCE (100G)	FAROFA DE LEGUMES (90G)	MANDIOCA COZIDA (100G)
PRATO BASE	ARROZ BRANCO(250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO(150G)	ARROZ BRANCO(250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO(150G)	ARROZ BRANCO(250G) ARROZ INTEGRAL(250G) FEIJÃO COM CALDO(150G)	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO (150G)	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO (150G)
SOBREMESA	MELÃO (100G)	MELÂNCIA (100G)	LARANJA (100G)	MELÂNCIA (100G)	MAÇA (100G)
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL	875 CAL	870 CAL	855 CAL	832 CAL	875 CAL
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL	822 CAL	875 CAL	820 CAL	809 CAL	825 CAL