

Composição	(16/03/26)	(17/03/26)	(18/03/26)	(19/03/26)	(20/03/26)	(21/03/26)
Saladas	Repolho maionese	Cenoura vinagrete	Mix de folhas com abacaxi beterraba	Pepino cenoura	Acelga alface	Abobrinha verde tomate beterraba
Prato principal	Risoto De frango	Paleta suína assada	Coxa de frango	Carne de panela ao molho	Bobó de frango	Isca de frango
Opção vegetariana	Pts ao molho	Bolinho de graos	Tomate recheado	Kibe assado	Bobó de soja	Charuto de repolho
Guarnição	Batata doce	Farofa De ovos	Purê de abóbora	Polenta ao molho	Batata palha	Farofa agridoce
Prato base	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral	Arroz integral
	Feijão c/ caldo	Feijão c/ caldo	Feijão c/ caldo	Feijão c/ caldo	Feijão c/ caldo	Feijão c/ caldo
Sobremesa	Melão	Melancia	Laranja	Melancia	Laranja	Gelatina
V.E.T Proteína Animal	Calorias 898	Calorias 892	Calorias 864	Calorias 912	Calorias 877	Calorias 890
V.E.T Proteína Vegetal	Calorias 853	Calorias 828	Calorias 829	Calorias 853	Calorias 843	Calorias 826

Segunda

Arroz branco e Integral: arroz, óleo de soja, sal e alho.

Feijão: Feijão carioca, sal, óleo de soja, alho, louro.

Prato principal: File de frango, óleo, sal, tomate cebola, cheiro verde, milho, azeitona, extrato, pimentão.

Prato vegano: Proteína de soja, óleo, sal, alho, pimentão, cheiro verde, colorau.

Guarnição: Batata doce.

Salada: Cenoura, batata, sal, azeite, vinagre, maionese, cebola cheiro verde, repolho.

Fruta: Melão

• Terça

Arroz branco e Integral: arroz, óleo de soja, sal e alho.

Feijão: Feijão carioca, sal, óleo de soja, alho, louro.

Prato principal: paleta suína, óleo, sal, alho, vinagre, açafrão.

Prato vegano: Proteína de soja, óleo, sal, alho, grão de bico, farinha de trigo.

Guarnição: Farinha de mandioca, óleo, sal, cheiro verde, ovo.

Salada: Cenoura, tomate, cebola, cheiro verde, azeite, sal, vinagre.

Fruta: Melancia.

• Quarta

Arroz branco e Integral: Arroz, óleo de soja, sal e alho.

Feijão: feijão carioca, sal, óleo de soja, alho, louro.

Prato principal: Coxa de frango, óleo, sal, alho, vinagre, açafrão.

Prato vegano: Proteína de soja, óleo sal, tomate, cebola, extrato, cheiro verde.

Guarnição: Abobóra, leite, sal, cheiro verde.

Salada: Alface, repolho, abacaxi, beterraba.

Fruta: laranja.

• Quinta

Arroz branco e Integral: arroz, óleo de soja, sal e alho.

Feijão: Feijão preto, sal, óleo de soja, alho, louro.

Prato principal: Carne bovina, óleo, sal, alho, cebola, cheiro verde, extrato.

Prato vegano: Proteína de soja, farinha de kibe, óleo, sal, cheiro verde.

Guarnição: Fubá, sal, óleo ,cebola, cheiro verde.

Salada: Pepino, cenoura.

Fruta: Melancia.

• Sexta

Arroz branco e Integral: Arroz, óleo de soja, sal e alho.

Feijão: Feijão carioca, sal, óleo de soja, alho, louro.

Prato principal: Filé de frango, óleo, sal, alho, limão, cebola, açafrão, creme de leite, leite, azeitona, cheiro verde.

Prato vegano: Proteína de soja, óleo, cebola, tomate, pimentão, cheiro verde, açafrão, creme de leite, leite, azeitona, cheiro verde.

Guarnição Batata palha.

Salada: Alface, acelga

Fruta: Laranja

• Sábado

Arroz branco e Integral: Arroz, óleo de soja, sal e alho.

Feijão: Feijão carioca, sal, óleo de soja, alho, louro.

Prato principal: Isca de frango, óleo, sal, alho, limão, cebola, açafrão, cheiro verde.

Prato vegano: Proteína de soja, óleo, cebola, tomate, pimentão, cheiro verde, repolho.

Guarnição: Farinha de mandioca, banana da terra, cenoura, óleo, cebola, cheiro verde.

Salada: Tomate, abobrinha verde, beterraba.

Fruta: Gelatina.

Café da manha

Café, chá, leite.

Pão francês, pão doce, bolo, broa (padaria).