

Composição	(28/09/26)	(29/09/26).	(30/09/26).	(01/10/26)	(02/10/26)	(03/10/26)
Saladas	Chuchu Beterraba	Acelga Cenoura	Alface Rabanete	Pepino Abobrinha verde	Batata doce Tabule	Tomate Repolho
Prato principal	Risoto de frango	Carne suína	Linguiça assada	Bobó de frango	Carne moída	Coxa e sobrecoxa
Opção vegetariana	PTS refogado	Torta de legumes	Kibe assado	Strogonoff de grãos	Couve gratinada	Omelete
Guarnição	Farofa	Batata doce	Macarrão	Batata palha	Polenta	Macarrão
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/ caldo	Feijão c/ caldo	Feijão c/ caldo	Feijão c/ caldo	Feijão c/ caldo	Feijão c/ caldo

NUTRICIONISTA: CRN-933910 CAIO HENRIQUE

Sobremesa	Melancia	Laranja	Melão	Laranja	Melancia	Mamão
V.E.T Proteína Animal	Calorias 840	Calorias 877	Calorias 864	Calorias 980	Calorias 889	Calorias 890
V.E.T Proteína Vegetal	Calorias 822	Calorias 845	Calorias 853	Calorias 842	Calorias 845	Calorias 852

	(28/09/26)	(29/09/26)	(30/09/26)	(01/10/26)	(02/10/26)	(03/10/26)
Bebidas	Café (100ml) Chá mate(180ml) Leite integral (180)	Café (100ml) Chá Mate (180ml) Leite integra l(180ml)	Café (100ml) Chá Mate (180ml) Leite integra l(180ml)	Café (100ml) Chá Mate (180ml) Leite integral	Café (100ml) Chá Mate (180ml) Leite integra l(180ml)	Café (100) Chá Mate (180ml) Leite integral
Panificação	Pão Francês 1 und	Pão Francês 1 und.	Pão francês 1 und.	Pão francês 1 und.	Pão francês 1 und	Pão francês 1 und Pão de milho
Gordura	Creme vegetal (15g)	Creme vegetal(15g)	Creme vegetal(15g)	Creme vegetal(15g)	Creme vegetal(15g)	Creme vegetal(15g)

NUTRICIONISTA: CRN-933910 CAIO HENRIQUE

Complemento 1 e 2	Ovo mexido (50g)	Ovo mexido (50g)	Ovo mexido (50g)	Ovo mexido (50g)	Ovo mexido (50g)	Ovo mexido (50g)
				Presunto	Molho de carne moída	
Fruta	Mamão	Melancia	Melão	Laranja	Mamão	Melancia
Achocolatado	Achocolatado em pó Solúvel (20g)	Achocolatado em pó solúvel (20g)	Achocolatado em pó solúvel (20g)	Achocolatado em pó solúvel (20g)	Achocolatado em pó solúvel (20g)	Achocolatado em pó solúvel (20g)

Segunda

Arroz branco e Integral: Arroz, sal, óleo de soja, alho.
Feijão: Feijão, sal, óleo de soja, alho, pimentão, folha de Louro.
Principal: Peito de frango, sal, óleo de soja, açafrão, vinagre, extrato, azeitona.
Vegano: Proteína de soja, sal, óleo de soja, cebola, cheiro verde Guarnição: Farinha de mandioca, sal, óleo de soja, cebola, cenoura.
Salada: Chuchu, beterraba
Sobremesa: Melancia.

Terça

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

NUTRICIONISTA: CRN-933910 CAIO HENRIQUE

Feijão: Feijão, sal, óleo de soja, alho, pimentão, folha de Louro.

Principal: Carne suína, sal, óleo de soja, alho, cebola.

Vegano: Proteína de soja, sal, óleo, batata cenoura, cebola, cheiro verde, farinha de trigo.

Guarnição: Batata doce.

Salada: Acelga, cenoura .

Sobremesa: Laranja.

Quarta

Feijão: Feijão, sal, óleo de soja, alho, pimentão, folha de Louro.

Principal: Linguiça .

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

Guarnição: Macarrão, sal, óleo de soja, cebola, extrato.

Salada: Alface , rabanete.

Sobremesa: Laranja.

Quinta

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

Feijão: Feijão, sal, óleo de soja, alho, pimentão, folha de Louro.

Principal: Filé de frango óleo de soja cebola, cebola, pimentão, cheiro verde, creme de leite, leite, milho verde. Vegano: Proteína de soja, sal, óleo de soja, cebola, cheiro verde, creme de leite, leite.

Guarnição: Batata palha .

Salada: Pepino, abobrinha verde .

Sobremesa: Laranja .

Sexta

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

Feijão: Feijão, sal, óleo de soja, alho, folha de Louro.

Principal: Carne bovina óleo de soja alho , limão, cebola, extrato.

Vegano: Proteína de soja, sal, óleo de soja , abobrinha verde, mussarela.

Guarnição: Fubá, sal, óleo de soja, cebola.

NUTRICIONISTA: CRN-933910 CAIO HENRIQUE

Salada: Batata doce , farinha de kibe, cebola, tomate, pepino, alface.

Sobremesa: Melancia.

Sábado

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

Feijão: Feijão, sal, óleo de soja, alho, folha de Louro.

Principal: Coxa e sobrecoxa, sal, óleo, alho, vinagre.

Prato vegano: Ovo, tomate, cebola.

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

Salada: Repolho, tomate.

Sobremesa: Mamão

