



1º SEMANA

01/04 - 05/04

Segunda-feira: Arroz, feijão, omelete com legumes, salada de alface e acelga, suco de fruta, maçã

Terça-feira: Arroz com ervilha, feijão, carne desfiada com batata doce, salada de alface, pepino e tomate, suco de fruta, manga

Quarta-feira: Arroz, feijão, frango ensopado em cubos com milho verde, salada de alface, tomate e cenoura ralada, suco de fruta, banana

Quinta-feira: Penne alho e óleo, iscas grelhadas de frango, legumes ao vapor (cenoura, milho verde, chuchu), suco de fruta, laranja

Sexta-feira: Arroz, feijão, almôndegas ao forno, salada de alface, tomate e beterraba, suco de fruta, geladinho de limão

2º SEMANA

08/04 - 12/04

Segunda-feira: Arroz, feijão, carne moída com cenoura e vagem, salada de acelga e couve, suco de fruta, maçã

Terça-feira: Espaguete ao sugo, sobrecoxa assada, salada de alface, pepino e cenoura, suco de fruta, banana

Quarta-feira: Arroz com milho, feijão, mexidinho com espinafre, salada de repolho e beterraba, suco de fruta, melancia

Quinta-feira: Arroz com milho, feijão, frango ensopado com batata, salada de alface e almeirão, suco de fruta, laranja

Sexta-feira: Arroz com lentilha, feijão, hambúrguer com batata ao forno, salada de legumes (abóbora e abobrinha), suco de fruta, geladinho de maracujá

3º SEMANA

15/04 - 19/04

Segunda-feira: Arroz, feijão, iscas de filé acebolado, mandioca assada, salada de alface, beterraba e cenoura, suco de fruta, banana

Terça-feira: Arroz com cenoura, feijão, mexido caipira (ovos cozidos, frango desfiado, tomate e milho), salada de alface, couve e pepino, suco de fruta, maçã

Quarta-feira: Arroz, estrogonofe de carne, batata corada, salada de acelga e tomate, suco de fruta, manga

Quinta-feira: Arroz, feijão, sobrecoxa crocante, purê de abóbora, salada de alface e agrião, suco de fruta, melão

Sexta-feira: Espaguete ao sugo, quibe ao forno, salada de alface e repolho, suco de fruta, laranja

4º SEMANA

22/04 - 26/04

Segunda-feira: Arroz à grega, feijão, bolinho de carne ao forno, salada de alface e tomate, suco de fruta, laranja

Terça-feira: Arroz, feijão, cubos de peixe à dorê, salada de alface, chicória e beterraba, suco de fruta, geladinho de melancia

Quarta-feira: Arroz, feijão, omelete com queijo, salada de repolho com couve, suco de fruta, mamão

Quinta-feira: Espaguete ao sugo, iscas de frango, salada de alface e cenoura, suco de fruta, maçã

Sexta-feira: Arroz, feijão, carne moída refogada com batata, salada de acelga, pepino e beterraba, suco de fruta, mamão

5º SEMANA

29/04 - 03/05

Segunda-feira: Arroz feijão, hambúrguer ao forno, salada de alface, escarola e cenoura, suco de fruta, banana

Terça-feira: Espaguete ao molho de tomate e frango desfiado, salada de alface e agrião, suco de fruta, maçã

Quarta-feira: Feriado

Quinta-feira: Arroz com argolinhas, feijão, carne refogada com cenoura, purê de batata, salada de repolho e tomate, suco de fruta, laranja

Sexta-feira: Arroz, estrogonofe de frango, batata corada, salada de alface com beterraba, suco de fruta, geladinho de laranja com couve



1º SEMANA

01/04 - 05/04

Segunda-feira: suco mix (laranja, beterraba e maçã), pão quentinho com cream cheese

Terça-feira: leite com chocolate, biscoito salgado com linhaça, mamão

Quarta-feira: suco de laranja com maracujá, pão de queijo

Quinta-feira: iogurte de frutas, bolo de banana

Sexta-feira: limonada, lanchinho natural (pão integral, muçarela, alface e tomate)

2º SEMANA

08/04 - 12/04

Segunda-feira: leite com chocolate, biscoito com gergelim, goiaba

Terça-feira: iogurte batido com banana, bolo de chocolate

Quarta-feira: Suco mix (laranja, cenoura, couve), queijo quente

Quinta-feira: vitamina de frutas (leite, mamão e banana), bolacha doce com linhaça

Sexta-feira: suco de melancia com limão, torrada integral com requeijão

3º SEMANA

15/04 - 19/04

Segunda-feira: suco de laranja com maracujá, lanchinho natural

Terça-feira: leite com chocolate, torradas especiais com ervas, mamão com quinoa e mel

Quarta-feira: suco de uva, sanduíche Alegria, manga

Quinta-feira: limonada, enroladinho Napolitano integral

Sexta-feira: leite com chocolate, bolo de laranja, maçã

4º SEMANA

22/04 - 26/04

Segunda-feira: iogurte natural batido com frutas, barra de cereal

Terça-feira: leite com chocolate, bolo formigueiro, banana

Quarta-feira: suco de laranja, esfiha de queijo, creme de abacate

Quinta-feira: suco mix (laranja, mamão e aveia), pão de forma com requeijão

Sexta-feira: leite com chocolate, torrada integral com geleia de fruta, mamão

5º SEMANA

Segunda-feira: vitamina de abacate, bolo branco

Terça-feira: suco de laranja com couve, mini pizza de muçarela

Quarta-feira: Feriado

Quinta-feira: leite com chocolate, biscoito com gergelim, banana

Sexta-feira: suco de laranja com beterraba, pão francês com requeijão