

DIA	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ JANTAR
02	Leite / Suco Natural Mini Pão Francês Integral com manteiga Fruta da Época	Arroz Branco / Feijão Preto Proteína de soja refogada com batata ao molho Salada de tomate e Couve Fruta da Época	Leite / Suco Natural Cuscuz Fruta da Época	Arroz Integral/Feijão Carioca Quibe recheado Escarola refogada Salada de Alface e cenoura
03	Leite / Chá de Ervas Bolo caseiro de cacau Fruta da Época	Arroz Integral / Feijão Carioca Frango em tiras acebolado Abóbora refogada Salada de Repolho colorido Fruta da Época	Leite / Suco Natural Tapioca com Manteiga Fruta da Época	Arroz Branco / Lentilha Carne moída com mandioquinha Salada de Beterraba
04	Leite / Suco Natural Mini Pão de mandioquinha com requeijão Fruta da Época	Arroz Branco / Ervilha Carne cozida com mandioca Salada de pepino Fruta da Época	Leite / Suco Natural Mini Pão de leite na chapa Fruta da Época	Arroz Integral / Feijão Preto Ovos mexidos com legumes Salada de Alface e Tomate
05	Leite / Suco Natural Cuscuz Fruta da Época	Arroz Integral / Feijão Branco Estrogonofe de Frango Salada de Acelga e Beterraba ralada Fruta da Época	Leite / Chá de Ervas Bolo caseiro de cenoura Fruta da Época	Arroz Mesclado / Feijão Carioca Picadinho com legumes Seleta de legumes salteadas Salada de Repolho
06	Leite / Suco Natural Mini Pão Francês com requeijão Fruta da Época	Macarrão ao molho bolonhesa Salada de legumes refogados Fruta da Época	Leite / Suco Natural Crepioica com manteiga Fruta da Época	Arroz Branco / Feijão Carioca Ensopadinho de frango com legumes Salada mix de folhas

DIA	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ JANTAR
09	Leite / Suco Natural Mini Pão de leite com manteiga Fruta da Época	Arroz integral / Feijão carioca Ovos mexidos Brócolis refogado Salada de alface e tomate Fruta da época	Leite / Suco Natural Panqueca de cacau Fruta da época	Arroz branco / Feijão preto Escondidinho de carne moída Salada de pepino
10	Leite / Suco Natural Bolo caseiro de milho Fruta da Época	Arroz branco / Ervilha Frango de panela com legumes Salada de acelga e cenoura Fruta da época	Leite / Chá de Ervas Crepioça Fruta da Época	Arroz integral / Feijão carioca Carne cozida Creme de mandioquinha Salada de Alface
11	Leite / Suco natural Cuscuz com manteiga Fruta da Época	Arroz Integral / Feijoadinha Aquarela Farofinha Nutritiva Salada vinagrete Fruta da Época	Leite / Suco Natural Tapioca com requeijão Fruta da Época	Arroz Branco / Lentilha Omelete nutritiva Seleta de legumes refogada Salada de repolho colorido
12	Leite / Chá de Ervas Mini Pão francês com requeijão Fruta da Época	Arroz branco / Feijão Branco Frango grelhado Escarola refogada Salada de Beterraba Fruta da Época	Leite / Suco Natural Bolo caseiro de laranja Fruta da Época	Arroz Mesclado / Feijão Carioca Quibe de carne moída Salada de Abobrinha
13	Leite / Suco Natural Mini pão de mandioquinha com manteiga Fruta da Época	Arroz branco / Feijão Carioca Carne moída com chuchu Salada mix de folhas Fruta da Época	Leite / Suco Natural Cuscuz Fruta da Época	Macarrão ao molho de tomate com frango desfiado e milho Salada de Brócolis

DIA	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ JANTAR
16	Leite / Suco Natural Mini Pão francês integral com manteiga Fruta da Época	Arroz Integral / Feijão Carioca Carne moída Brócolis e Couve flor refogado Salada de alface Fruta da Época	Leite / Suco Natural Cuscuz Fruta da Época	Arroz Branco / Feijão Preto Ovos mexidos Couve refogada Salada de tomate
17	Leite / Chá de Ervas Bolo caseiro mesclado Fruta da Época	Arroz Branco / Feijão Branco Frango cozido com legumes Salada de Pepino Fruta da Época	Leite / Suco Natural Mini Pão Australiano na chapa Fruta da Época	Arroz integral / Feijão carioca Carne desfiada Polenta cremosa Salada de alface
18	Leite / Suco Natural Mini Pão de leite com requeijão Fruta da Época	Arroz Integral / Feijão Preto Ovos Cozidos Seleta de legumes Salada vinagrete Fruta da Época	Leite / Suco Natural Tapioca com requeijão Fruta da Época	Arroz branco / Lentilha Carne cozida com legumes Salada de beterraba
19	Leite / Suco Natural Cuscuz Fruta da Época	Arroz Branco / Ervilha Picadinho de carne Farofinha nutritiva Salada vinagrete Fruta da Época	Leite / Chá de Ervas Bolo caseiro de maracujá Fruta da Época	Arroz Mesclado / Feijão Carioca Frango grelhado Creme de milho Salada de repolho roxo
20	Leite / Suco Natural Mini pão de laranja com requeijão Fruta da Época	Macarrão ao molho bolonhesa Salada de legumes Fruta da Época	Leite / Suco Natural Bolo de pão de queijo Fruta da Época	Arroz Branco / Feijão Carioca Estrogonofe de frango Mix de legumes Salada mix de folhas

DIA	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	PRÉ JANTAR
23	Leite / Suco natural Mini Pão de mandioca com manteiga Fruta da Época	Arroz integral / Feijão Preto Omelete nutritiva Couve refogada Salada de alface Fruta da Época	Leite / Suco Natural Mini Pão Francês com requeijão Fruta da época	Arroz Branco / Feijão Carioca Frango desfiado Abobrinha refogada Salada de tomate
24	Leite / Suco natural Bolo caseiro de fubá Fruta da Época	Arroz Branco / Feijão Carioca Carne moída com milho e ervilha Salada de cenoura ralada Fruta da Época	Leite / Chá de Ervas Tapioca com manteiga Fruta da Época	Arroz Integral / Lentilha Frango assado com batata Salada de repolho colorido
25	Leite / Suco Natural Mini Pão de laranja com manteiga Fruta da Época	Arroz Integral / Feijoadinha Aquarela Farofinha nutritiva Salada de couve Fruta da Época	Leite / Suco Natural Crepioça Fruta da época	Arroz Branco / Feijão Branco Ovos mexidos Batata Rústica Salada de Beterraba
26	Leite / Chá de Ervas Cookie caseiro Fruta da Época	Arroz Branco / Feijão Carioca Frango ao molho com abóbora Salada de pepino Fruta da Época	Leite / Suco Natural Bolo caseiro de coco Fruta da Época	Arroz Mesclado / Ervilha Carne de panela com mandioca Salada de acelga
27	Leite / Suco Natural Mini Pão de leite com manteiga Fruta da Época	Arroz Mesclado / Feijão Carioca Carne moída Seleta de legumes Salada mix de folhas Fruta da Época	Leite / Suco Natural Cuscuz com requeijão Fruta da Época	Macarrão ao molho de tomate com frango desfiado Salada de brócolis e couve flor