



		Carne 1 Branca	Carne 2 Vermelha	Guarnição 1	Salada 1	Salada 2
1 semana	Dia	Prato Principal		Guarnição	Saladas	
Sexta	1	Filé de peixe empanado assado	Isclas de filé mignon	Aboborinha em cubinhos refogada	Alface com rucula	Tomate picadinho

		Carne 1 Branca	Carne 2 Vermelha	Guarnição 1	Salada 1	Salada 2
2 semana		Prato Principal		Guarnição	Saladas	
Segunda	4	Filé de frango empanado assado	Bife de panela	Creme de milho	Alface Lisa	Tomate picadinho
Terça	5	Frango assado	Picadinho de carne com legumes	Quibebe	Alface USA	Tomate picadinho
Quarta	6	Filé de frango Grelhado	Ovos mexidos	Banana à milanesa	Alface Crespa	Tomate picadinho
Quinta	7	Cubos de peito de frango cozido ao molho de tomates	Carne moída refogada	Mandioca assada	Alface com cenoura ralada	Tomate picadinho
Sexta	8	Filé de peixe parmesiana	Bife grelhado	Purê de batatas	Escarola fatiada	Tomate picadinho

		Carne 1	Carne 2	Guarnição 1	Salada 1	Salada 2
		Branca	Vermelha			
3 semana		Prato Principal		Guarnição	Saladas	
Segunda	11	Isclas de frango (molho branco separado)	Contra filé grelhado	Vagem com cenoura refogados	Alface Lisa	Tomate picadinho Pepino
Terça	12	Filé de frango em cubos cozido com açafrão	Omelete assado	Batatinha com salsa e alecrim	Couve manteiga crua fatiada	Tomate picadinho
Quarta	13	Filé grelhado	Bife de panela	Banana á milanese	Alface com Acelga fatiada	Tomate picadinho Cenoura ralada
Quinta	14	Filé de frango empanado assado	Carne Moída com azeitonas	Brócolis com couve flor refogados	Alface Crespa	Tomate picadinho ovos de codorna
Sexta	15	Filé de peixe empanado assado	Isca de alcatra grelhada	Escarola refogada	Rúcula picadinha	Tomate picadinho

ARROZ, ARROZ INTEGRAL E FEIJÃO SÃO PRATOS FIXOS

		Carne 1	Carne 2	Guarnição 1	Salada 1	Salada 2
		Branca	Vermelha			
4 semana		Prato Principal		Guarnição	Saladas	
Segunda	18	Fricassê de frango	Carne assada	Batata assada temperada	Alface crespa fatiada	Tomate picadinho
Terça	19	Filé de frango grelhado	Carne moída refogada	Abobrinha refogada	Alface USA	Tomate picadinho com milho
Quarta	20	Filê de frango Grelhado	Picadinho de carne com legumes	Escondidinho de carne moída	Agrião com tomate cereja	Tomate picadinho Cenoura ralada
Quinta	21	Estrogonofe de Frango	Almôndega ao molho sugo	Batata palha	Repolho com tomate	Tomate picadinho Beterraba cozida
Sexta	22	Filé de peixe empanado assado	Contra filé Acebolado	Brócolis com couve flor refogados	Alface com rucula	Tomate picadinho

		Carne 1 Branca	Carne 2 Vermelha	Guarnição 1	Salada 1	Salada 2
5 semana		Prato Principal		Guarnição	Saladas	
Segunda	25	Frango assado	Bife de panela	Omelete de forno	Alface crespa fatiada	Tomate picadinho
Terça	26	Filé de frango grelhado	carne assada	Batata ao creme gratinada	Acelga fatiada	Tomate picadinho com milho verde
Quarta	27	Cubos de peito de frango cozido ao sugo	Alcatra grelhada	Parafuso alho e óleo	Alface USA	Tomate picadinho com azeitonas fatiadas
Quinta	28	Filé de frango empanado assado	Picadinho de carne com legumes	Creme de milho	Mix de salada verde	Tomate picadinho