

SEMANA DE 01/09 a 05/09

2ª FEIRA: macarrão com carne moída, pesto de manjerição, couve-flor, rúcula, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: frango.

3ª FEIRA: filé de peixe empanado, pirão, brócolis e cenoura, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: ovo.

4ª FEIRA: Estrogonofe de frango, batata corada, beterraba ralada, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: carne.

5ª FEIRA: lombo suíno, farofa, couve, abóbora, arroz, feijão. Opção: ovo.

6ª FEIRA: frango na chapa, berinjela gratinada, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: carne.

SEMANA DE 08/09 a 12/09

2ª FEIRA: picadinho de carne, polenta, chicória refogada, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: frango.

3ª FEIRA: sobrecoxa de frango, farofa, ensopadinho de legumes, alface, tomate, arroz, feijão carioca. Opção: carne.

4ª FEIRA: filé de peixe empanado, suflê de cenoura, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: ovo.

5ª FEIRA: frango xadrez, acelga refogada, alface, salsão, arroz, feijão. Opção: carne.

6ª FEIRA: rocambole de carne, creme de espinafre, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: frango.

SEMANA DE 15/09 a 19/09

2ª FEIRA: frango à milanesa, abobrinha, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: carne.

3ª FEIRA: lombo suíno, purê de batata, pepino, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: frango.

4ª FEIRA: empadão de frango, chuchu com salsinha, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: ovo.

5ª FEIRA: filé de peixe empanado, pirão, beterraba cozida, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: carne.

6ª FEIRA: carne moída, creme de milho, agrião, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: frango.

SEMANA DE 22/09 a 26/09

2ª FEIRA: fricassê de frango, batata sauté, alho poró refogado, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: ovo.

3ª FEIRA: filé de peixe empanado, jardineira de legumes, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: frango.

4ª FEIRA: churrasquinho misto, farofa, molho à campanha, rabanete, alface, tomate, arroz, feijão.

5ª FEIRA: lasanha à bolonhesa, cenoura cozida, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: frango.

6ª FEIRA: frango em cubos ao molho de tomate, aipim cozido, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: carne.

SEMANA DE 29/09 a 03/10

2ª FEIRA: carne assada com agrião, purê de batata doce, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: frango.

3ª FEIRA: macarrão, molho branco, frango, beterraba ralada, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: carne.

4ª FEIRA: filé de peixe empanado, pirão, couve, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: ovo.

5ª FEIRA: panqueca de carne, brócolis, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: frango.

6ª FEIRA: lombo suíno, repolho refogado, alface, tomate, arroz, feijão. Opção: carne.