

Elaborado por: Nutricionista Carolini Gomes CRN3 50304 | Revisado por: Nutricionista Isabelle Prado CRN3 50309/P

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
28 de janeiro a 01 fevereiro	Prato Principal	Carne moída	Filé de frango à milanesa	Lasanha à bolonhesa	Frango assado	Hambúguer caseiro
	Guarnição 1	Espaguete ao sugo	Purê de batata	Abobrinha	Farofa nutritiva	Batata palito assada
	Guarnição 2	Chuchu refogado	Beterraba cozida	Couve-flor	Vagem	Ervilha
	Salada	Rúcula	Pepino	Salada colorida	Milho	Vinagrete
	Sobremesa	Doce de leite	Manga	Goiabada	Abacaxi	Pudim de leite
	Suco	Abacaxi	Acerola	Uva	Tangerina	Maracujá
	04 a 08 de fevereiro	Prato Principal	Omelete	Yakissoba de carne	Panqueca de frango	Estrogonofe de carne
Guarnição 1		Seleta de legumes	Macarrão	Creme de milho	Batata palha	Escarola refogada
Guarnição 2		Torta de espinafre	Legumes sortidos	Abóbora cabotiã	Couve refogada	Berinjela à milanesa
Salada		Soja à vinagrete	Agrião	Tabule	Repolho roxo	Brócolis
Sobremesa		Banana	Paçoca	Melão	Gelatina de uva	Salada de frutas
Suco		Uva	Tangerina	Maracujá	Acerola	Abacaxi
11 a 15 de fevereiro		Prato Principal	Kibe assado	Risoto de frango	Picadinho de carne	Frango à parmegiana
	Guarnição 1	Chuchu refogado	Mandioca assada	Polenta de palito	Ervilha	Purê de batata
	Guarnição 2	Couve-flor gratinada	Abobrinha	Milho na manteiga	Chuchu	Vagem
	Salada	Repolho	Beterraba	Feijão fradinho	Pepino	Grão bico
	Sobremesa	Maçã com mel	Melancia	Bolo de chocolate	Laranja	Goiabada
	Suco	Maracujá	Abacaxi	Acerola	Uva	Limão
	18 a 22 de fevereiro	Prato Principal	Frango ao molho barbecue	Carne seca desfiada	Estrogonofe de frango	Panqueca de carne
Guarnição 1		Torta de abobrinha	Purê de mandioquinha	Batata palha	Creme de espinafre	Macarrão
Guarnição 2		Abóbora com ervas	Brócolis	Dueto	Mandioca na manteiga	Legumes sortidos
Salada		Escarola	Tabule	Salada colorida	Soja	Agrião
Sobremesa		Mamão	Gelatina morango	Manga	Salada de frutas	Melão
Suco		Tangerina	Maracujá	Limão	Abacaxi	Uva
25 a 28 de fevereiro		Prato Principal	Bife à milanesa	Coxa e sobrecoxa assada	Almôndegas	Meca grelhada
	Guarnição 1	Couve-flor	Batata bolinha com ervas	Espaguete ao sugo	Farofa de banana	
	Guarnição 2	Vagem	Acelga	Chuchu	Couve refogada	
	Salada	Ervilha	Grão bico	Pepino	Milho	
	Sobremesa	Paçoca	Abacaxi	Mousse de maracujá	Banana	
	Suco	Acerola	Uva	Abacaxi	Maracujá	

- ✓ O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com a safra e a sazonalidade dos alimentos.
- ✓ Composição das saladas – 03 itens diários para escolha (alface, tomate e mais uma opção).
- ✓ A opção do grelhado é oferecida diariamente.

Valores:
EFII: R\$ 20,00

Todos os pratos acompanham:

