|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | **SEXTA** | **SÁBADO** | **DOMINGO** |
| 01  Chá de camomila  Pãofrancês com doce de leite  Banana | 02  Chá de maçã  Pão hot dog com margarina  Melão | 03  Chá de erva doce  Pãofrancês com queijo  Salada de frutas | 04  Chá de morango  Pão hot dog com margarina  Melancia | 05  Chá de erva cidreira  Pãofrancês com presunto  Laranja | 06  Chá de hortelã  Pão hot dog com margarina  Banana | 07  Chámate  Pão hot dog com doce de abóbora  Melão |
| Carne moída ao sugo  Macarrão alho e óleo  Laranja  Acelga e tomate  Pts ao sugo | Frango xadrez (pimentão, tomate, cebola, m. soja)  Berinjela à Milanesa  Maçã  Radite e cenoura ralada  Feijão cavalo xadrez | Bife acebolado  Repolho à portuguesa  Gelatina de cereja  Escarola e chuchu com milho verde (tinha vagem junto, mas como tem no jantar do dia 04 sugerimos deixar apenas chuchu)  Hambúrguer de soja | Filé de peixe no fubá  Purê de batata  Mamão fatiado  Rúcula e pepino  Lentilha refogada | Barreado  Farofa de banana  Sagu de vinho  Alface roxa e abobrinha ralada  Barreado desoja em grão | Filé frango m mostarda  Ratatouille  Gelflan  Almeirão e rabanete  Grão de bico m. mostarda | Posta assada ao sugo  Macarrão na manteiga  Mamão picado  Agrião e pepino (era mista cozida com vagem, sugerimos deixar apenas pepino)  Escondidinho de ervilha |
| Fricassê de frango  Sopa leve  Radite e beterraba ralada  Bolinho de ervilha | Tirinhas ao m. escuro (coxão mole)  Sopa de raízes  Escarola e Rabanete  Grão de bico ao molho escuro | File de peixe à milanesa c/ limão  Sopa Londrina  Rúcula e tomate  Croquete de feijão branco | Picadinho  Sopa Húngara  Alface roxa e vagem c/cenoura  Picadinho com trigo em grão | Espetinho de frango  Sopa Creme de Milho  Almeirão e beterraba ralada  Espetinho vegano com feijão cavalo | Nhoque a bolonhesa  Sopa de lentilha (s/ macarrão)  Agrião e chuchu  Nhoque vegano c/ PTS | Bife a espanhola  Sopa Minestroni  Repolho verde e berinjela  Nuggets de trigo em grão |
| **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | **SEXTA** | **SÁBADO** | **DOMINGO** |
| 08  Chá de erva cidreira  Pãofrancês com queijo  Maça | 09  Chá de morango  Pão hot dog com margarina  Laranja | 10  Chá de erva doce  Pãofrancês com doce de leite  Banana | 11  Chá de maca  Pão hot dog com margarina  Mamão | 12  Chá de hortelã  Pãofrancês com presunto  Abacaxi  FERIADO | 13  Chá de camomila  Pão hot dog com margarina  Melão | 14  Chá de morango  Pão hot dog com queijo  Salada de frutas |
| Churrasco  Cuscuz  Melancia  Repolho verdee cenoura  Feijão fradinho c/ abóbora | Frango ao sugo  Polentacremosa  Maçã  Alface crespa e rabanete  Almondega ao sugo (PTS) | Bifeàpizzaiolo  Jardineira de legumes  Gelatina de uva  Agrião e pepino (era acelga e beterraba ralada, mas foi puxada para o jantar e tem beterraba no dia seguinte no almoço)  Soja c/ legumes | Bisteca ao molho de pimentão  Bobó de aipim  Laranja  Acelga e beterraba ralada  Charuto recheado com arroz e ervilha | Quibe frito/assado  Abobrinha refogada  Pudim de baunilha c/ calda  Radite e Tomate (já teve pepino na quarta)  Quibe de pts | Filé de frango à milanesa  Creme de milho  Mamão picado  Rúcula e berinjela  Lentilha refogada | Cubos de carne ao m. escuro  Batata corada  Espuma de morango  Escarola e Cenoura ralada  Soja a chinesa |
| Coxa e sobrecoxa crocante  Sopa de legumes  Alface crespa e tomate  Hambúrguer de grão de bico | Bife à rolê  Creme rio branco  Agrião e beterraba ralada (era acelga e macarronese mas como a sopa é branca sugerimos mudar a salada)  Berinjela à rolêc/ pasta de ervilha seca | Bisteca acebolada  Sopa minestrone I  Acelga ebrócolis c/ couve-flor  Feijão cavalo acebolado | Panqueca de carne  Caldo italiano  Radite e Chuchu c/ milho Panqueca(cenoura e ervilha seca) (era de brócolis, mas já tem no dia anterior) | Filé de frango à canadense  Sopa Camponesa  Rúcula e trigo em grão  Croquete de feijão branco | Espetinho de carne  Sopa canja  Escarola e macarronese (era beterraba mas colocamos aqui a macarronese que foi retirada do dia 09)  Espetinho legumes c/ PTS | Frango assado  Sopa de feijão  Agrião e tomate  Abobrinha recheada c/ feijão fradinho (triguilho, pois feijão já teve no dia 12) |
| 15  Chá de hortelã  Pãofrancês com margarina  Laranja | 16  Chá de erva cidreira  Pão hot dog com doce de banana  Mamão | 17  Chá de camomila  Pãofrancês com presunto  Banana | 18  Chá de erva doce  Pão hot dog com margarina  Abacaxi | 19  Chá de maca  Pãofrancês com doce de leite  Laranja | 20  Chá de morango  Pão hot dog com margarina  Mamão | 21  Chá mate  Pão hot dog com doce de abobora  Melão |
| Picadinho ao m. de ervilha  Macarrão na manteiga  Maça  Almeirão e beterraba ralada  Ervilha ao molho | Bife acebolado  Repolho à portuguesa  Pavê de bolacha  Agrião e Rabanete  Bolinho de grão de bico | Frango ao molho curry  Ratatouille  Creme de abacaxi  Couve e chuchu c/ milho  Arroz c/ lentilha e cebola crocante | Ensopado caipira  Batata amassada  Salada de frutas  Alface crespa e pepino  Ensopado caipira (c/ soja) | Peixeà milanesa c/ limão  Legumes refogados  Banana  Radite e tomate  Croquete de grão de bico | Almondega chinesa  Creme de espinafre  Gelatina de cereja  Rúcula e beterraba  Almôndega chinesa (PTS) | Posta recheada  Macarronada com queijo  Abacaxi  Escarola e cenoura cozida  Chuchu recheado c/lentilha |
| Bife a fantasia  Sopa de abóbora  Agrião e vagem  Tomate recheado c/ trigo em grão | Risoto de frango  Sopa carne c/ legumes  Couve e beterraba ral  Risoto de grãos | Barreado  Sopa primavera  Alface crespa e cenoura ralada  Barreado de soja em grão | Peixe no fubá ao molho rose  Caldo verde  Acelga e tomate  Bolinho de feijão branco | Nhoque à bolonhesa\*testar nhoque congelado caso não aprove fazer na unidade  Sopa creme de Abóbora c/ curry  Rúcula e tropical  Nhoqueveganoc/ PTS | Frango assado c/ alecrim  Sopa Juliana  Escarola e berinjela  Charuto com ervilha seca | Puchero  Sopa londrina  Agrião e tabule  Pucherovegano (grão de bico) |
| **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | **SEXTA** | **SÁBADO** | **DOMINGO** |
| 22  Chá de camomila  Pão francês com presunto  Maçã | 23  Chá de erva doce  Pão de hot dog com margarina  Laranja | 24  Chá de erva cidreira  Pão francês com doce de leite  Mamão | 25  Chá de morango  Pão hot dog com queijo  Salada de frutas | 26  Chá de hortelã  Pão francês com doce de maca  Banana | 27  Chá mate  Pão de hot dog com margarina  Maçã | 28  Chá de maçã  Pão hot dog com doce de banana  Melancia |
| Bisteca à cigana  Quirera  Melancia  Agrião e camponesa  Feijão cavalo à cigana | Filé de frango ao molho oriental  Brócolis, couve-flor e cenoura refogados (era apenas couve flor e cenoura mas parecido com dia 26)  Banana surpresa  Alface roxa e beterraba  Nuggets de lentilha | Strogonoff de carne  Batata chips  Maçã  Almeirão e chuchu com milho  Strogonoff de feijão branco | Barreado  Farofa de banana  Laranja  Acelga e tomate  Barreado vegano (grão de bico) | Frango ao molho branco (cx/sbcx)  Cenoura sauté (era brócolis, couve flor e cenoura refogados mas estava igual dia 23)  Gelatina de abacaxi  Radite e beterraba ralada  Hambúrguer de soja | Kafta ao forno  Abobrinha colorida  Pudim  Rúcula e berinjela c/ ervas  Kafta ao forno (PTS) | Costela ao molho  Aipim frito  Abacaxi  Escarola e Istambul (pepino, tomate, azeitona)  Ervilha ao molho |
| Frango ao molho de laranja  Sopa eslava  Alface roxae rabanete  Abobrinha recheada com trigo em grão | Bife à milanesa  Sopa caipira  Almeirão e abobrinha ralada  Grão de bico ao sugo | Lombo com abacaxi  Sopa de aipim  Couve e tomate  Feijão fradinho ao alho e óleo | Iscas de frango aceboladas  Sopa mineira  Radite e Abóbora cozida c/ TV  Lentilha com arroz ecebola crocante | Almôndegas ao sugo  Sopa da casa  Rúcula e pepino  Almôndega de PTS | Panqueca de frango  Sopa Minestrone II  Escarola e cenoura ralada  Panqueca de legumes c/trigo em grão | Bife à espanhola  Sopa de cenoura  Acelga e brócolis  Croquete de feijão cavalo |
| 29  Chá de erva doce  Pão francês com queijo  Laranja | 30  Chá mate  Pão hot dog com margarina  Salada de frutas | 31  Chá de hortelã  Pão hot dog com presunto  Maça |  |  |  |  |
| Moída ao sugo  Espaguete na manteiga  Melão  Acelga e cenoura  Trigo em grão ao sugo | Bisteca à cigana  Quibebe  Abacaxi fatiado  Agrião e chuchu com milho  Hambúrguer de feijão branco | Carne de panela  Batata doce corada  Gelatina de limão  Alface americana e beterraba ralada  Almôndega de PTS ao vinho |  |  |  |  |
| Bife suíno ao mol oriental  Sopa leve  Agrião e tomate  Soja ao molho oriental | Goulash  Sopa Califórnia  Alface americana e berinjela  Goulashvegano(feijão cavalo) | Frango chinês  Sopa de fubá com moída  Rúcula e beterraba cozida  Grão de bico chinês |  |  |  |  |