|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | **SEXTA** | **SÁBADO** | **DOMINGO** |
| 04  Chá de hortelã  Pão hotdog com margarina  Caqui | 05  Chá de erva-cidreira  Pão francês com presunto  Ponkan | 06  Chá morango  Pão hotdog com doce de banana  Mamão | 07  Chá de camomila  Pão francês com queijo  Melão | 08  Chá de maçã  Pão hotdog com doce de leite  Banana | 09  Chá de morango  Pão francês com margarina  Maçã | 10  Chá de erva-doce  Pão hot dogcompresunto  Melancia |
| Picadinho de Carne  Repolho refogado  Laranja  Escarola e beterraba ralada  PTS colorido (c/ pts) | Frango grelhado  Risoto de legumes  Gelatina cereja c/ creme  Alface americana e berinjela  Trigo em grão refogado | Bisteca à cigana  Quibebe  Melão fatiado  Acelga e cenoura ralada  Arroz c/ lentilha acebolada | Bife acebolado  Batata souté  Pudim de chocolate  Almeirão e tomate  Feijão cavalo ao alho e óleo | Frango ao molho sugo (coxa/sob)  Polenta cremosa  Mamão picado  Alface crespa e pepino Feijão branco ao sugo | Quibe assado  Vagem refogada  Gelatina de uva  Agrião e repolho  Quibe de pts | Frango à paulista  Macarrão na manteiga  Salada de frutas  Escarola e tomate  Soja à paulista |
| Iscas de frango namostarda  Sopa de lentilha  Alface americanae pepino  Feijão branco m. mostarda | Bife suíno ao molho do cheff  Sopa minestronni I  Acelga e abobrinha  GRÃO DE BICO AO M. CHEF | Bife à espanhola  Caldo italiano  Escarola e tomate  Almôndega de soja | Frango crocante  Sopa creme de milho  Alface crespa e cebolete (teste p/ aprovação)  Berinjela recheado c/ ervilha seca | Hamburgger artesanal  Sopa juliana com arroz  Agrião e cenoura cozida  Hamburgger depts | Risoto de frango  Sopa húngara  Escarola e beterraba  Abobrinha recheada c/ trigo em grão | Bife à milanesa  Sopa caipira  Almeirão e chuchu com milho  Charuto de repolho c/ lentilha |
| 11  Chá de erva-cidreira  Pão francês com margarina  Banana | 12  Chá de morango  Pão hotdog com queijo  Salada de frutas | 13  Chá de erva-doce  Pão francês com doce de banana  Laranja | 14  Chá de maçã  Pão hot dog com margarina  Caqui | 15  Chá de camomila  Pãofrancêscomdoce de leite  Mamão | 16  Chá de hortelã  Pão hot dog com presunto  Ponkan | 17  Chá de erva-cidreira  Pão hot dog com margarina  Melancia |
| Churrasco  Virado de couve  Banana  Escarola e beterraba ralada  Guisado de feijão fradinho | Frango ao molho de curry  Chuchu c/ cenoura refogados  Gelatina framboesa  Alface crespa e pepino  Grão de bico ao curry | Carne de panela  Batata doce corada  Ponkan  Acelga e berinjela ao vinagrete  Pts ao sugo | Peixe à milanesa  Abobrinha refogada  Flan de baunilha c/ calda  Agrião e Rabanete  Hambúrguer de feijão branco | Bife a fantasia  Creme de milho  Laranja  Alfaceamericana e tomate  Risoto de grãos (ervilha, lentilha, legumes) | Frango ao sugo  Polenta frita  Maçã  Rúculae cenoura ralada  Grão de bico ao sugo | Costela assada  Farofa de cenoura  Abacaxi  Alface crespa etomate  Soja refogada |
| Frango xadrez  Sopa leve  Alface crespa e abobrinha ralada  Escondidinho com soja em grão | Goulash  Sopa canja  Acelga e tomate  Goulashveganoc/ feijão cavalo | Peixe no fubá  Sopa creme de cebola  Agriãoe cenoura cozida  Croquete de ervilha seca | Bife de panela  Caldo verde  Alface americana e tabule (sem alface)  Grão de bico ao sugo | Panqueca de frango  Sopa abóbora  Mista verdeII (c/ rúcula) e beterraba ralada  Panqueca de legumes c/ PTS | Posta assada recheada  Caldo italiano  Alface crespa ebrócolis c/ c-flor  Torta de trigo em grão | Lasanha à bolonhesa  Sopa primavera  Repolho verde e berinjela ao vinagrete  Lasanha de abobrinha c/ pts |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | **SEXTA** | **SÁBADO** | **DOMINGO** |
| 18  Chá de morango  Pão hot dog com queijo  Maçã | 19  Chá de maçã  Pão francês com margarina  Banana | 20  Chá de erva-doce  Pão hot dog com doce de leite  Mamão | 21  Chá de camomila  Pão francês com presunto  Salada de frutas | 22  Chá de hortelã  Pão hot dog com margarina  Laranja | 23  Chá de erva-cidreira  Pão francês com queijo  Banana | 24  Chá de morango  Pão hot dog com margarina  Laranja |
| Carne moída ao sugo  Macarrão na manteiga  Mamão picado  Escarolae pepino  Ptsao sugo | Bife ao molho escuro  Jardineira de legumes  Sagú de vinho  Rúcula e rabanete  Grão de bico ao molho escuro | Strogonof de frango  Batata chips  Ponkan  Alface crespa e berinjela  Croquete de ervilha | Barreado  Farofa de banana  Espuma morango  Raditee abobrinha ralada  Hambúrguer de soja | Bisteca ao mol de pimentão  Quirera c/ costelinha  Banana surpresa  Couve e Beterraba cozida  Feijão cavalo ao mol de pimentão | Frango assado c/ alecrim  Ratatouille  Melancia  Alface crespa e tomate  Bolinho de lentilha | Bife à rolê  Polenta  Pudim bicolor  Rúcula e beterraba ral c/ maionese  Quiche de legumes |
| Bife acebolado (coxão mole)  Sopa da casa  Agrião e rabanete  Nuggets de ervilha | Risoto  Sopa londrina  Alface crespa e beterraba ralada  Lentilha com arroz e cebola | Picadinho  Sopa de raízes  Radite e Natural (alface, pimentão, tomate, trigo p/ quibe, TV)  Chuchu recheado c/ PTS | Bife suíno na mostarda (base amido)  Minestronni II  Couve e cenoura c/ chuchu  Cuscuz com feijão fradinho | Espetinho de frango à milanesa  Sopa eslava  Repolho bicolor e tomate  Grão de bico ao alho e óleo | Cubos ao m. escuro  Sopa creme de abóbora  Rúcula e chuchu  Feijão branco ao molho escuro | Empadão de frango  Sopa de legumes  Alface e cenoura c/ vagem  Empadão de legumes |
| 25  Chá de hortelã  Pão hotdog com margarina  Melão | 26  Chá de erva-cidreira  Pão francês com presunto  Banana | 27  Chá morango  Pão hotdog com doce de abóbora  Melancia | 28  Chá de maçã  Pão francês c/ margarina  Laranja | 29  Chá decamomila  Pão hotdogc/ queijo  Salada de frutas | 30  Chá de morango  Pão francês com doce de leite  Mamão | 01  Chá de erva-doce  Pão hot dog com margarina  Maçã |
| Carne de panela  Purê prático  Alface e tomate  Banana  Feijão branco refogado | Frango frito/assado ao molho de mostarda  Abobrinha refogada  Caqui  Almeirão e Chuchu c/ orégano  Torre de berinjela com recheio de ervilha seca | Tirinhas de carne ao molho escuro com champignon  Macarrão ao alho e óleo  Salada de frutas  Escarola e Beterraba ralada  Trigo em grão ao molho escuro com champignon | Carne moída com molho de ervilha e cenoura  Bolinho de arroz  Gelatina de limão  Agrião e tomate  Lentilha com molho de ervilha e cenoura | Peixe frito (no fubá) c/ limão  Legumes refogados  Torta de amendoim  Rúcula e pepino  Croquete de grão de bico | Bife à fantasia  Batata amassada  Maçã  Alface crespa e rabanete  Soja à fantasia | Posta ao molho sugo  Arroz colorido  Banana caramelada  Almeirão e mista legumes  Grão de bico ao sugo |
| Frango grelhado  Sopa leve  Almeirão e Russa (batata, beterraba e maionese)  Hamburgger de feijão branco | Strogonoff de patinho  Batata chips  Escarola e tomate  Charuto de lentilha ao sugo | Almondega ao sugo  Sopa califórnia  Agrião e vagem  Almondega de abóbora c/ trigo em grão | Peixe à milanesa  Sopa creme de espinafre ou brócolis  Rúcula e cenoura cozida  Abobrinha recheada c/ feijão cavalo | Bife à rolê  Sopa de aipim  Alface crespa e abobrinha ralada  Berinjela à rolê (com pasta de ervilha seca) | Rocambole de carne  Sopa primavera  Almeirão e beterraba cozida  Torta de espinafre (c/ ervilha, cenoura e abobrinha) | Bife suíno à cigana  Caldo italiano  Alface crespa e tomate  Panqueca de pts ao sugo |