

	Manhã	Almoço	Noite
06/03	Crepioca + café+Banana	Arroz Integral + Feijão + ovo frito + salada Café + negrinho + caqui	Banana + sanduiche + café +3 pasteis pequenos pamoto
07/03	Crepioca + café+Banana Amendoin + caqui	Arroz Integral + Feijão + carne de ovelha + salada + quindim Café + amendoin + banana	Carne + banana + café Yogurte desnatado + granola (1 colher)
08/03	Crepioca + café+Banana	Carne + arroz + feijão + salada Amendoin + quindim	Crepioca + café+Banana
09/03	Pão integral + café+iogurte desnatado	Cachorro quente Maça + amendoim	Carne + salada + vinho
10/03	Pão integral + café+Banana	Carreteiro + cerveja + salada + frutas	Crepioca + banana + café Maça + amendoim
11/03	Crepioca + café+Banana	Sopa de feijão com massa + carne e salada	BANANA AMENDOIM Crepioca + banana + café
12/03	Crepioca + café+Banana	Feijão + arroz + carne de gado	BANANA AMENDOIM Crepioca + banana + café