

Semana 1					
Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Café da Manhã	Goiaba Vermelha (Vermelho) (SS) Bolo Nutritivo (Marrom) (SS)	Bolo de Cenoura (Laranja) (SS) Suco Natural de Abacaxi (Amarelo) (LP)	Biscoito Maisena (Amarelo) (SS) Mexerica (Laranja) (SS)	Bolo Nutritivo (Marrom) (SS) Caqui (Vermelho) (SS)	Vitamina de Abacate (Verde) (LP) Bolo de Banana (Marrom) (SS)
Almoço	Cuscuz com Sardinha (Amarelo) (SS) Arroz com Brócolis (Branco) (SS) Farofa de Cenoura (Amarelo) (SS)	Salada de repolho (Branco) (SS) Risoto de Frango (Branco) (SS)	Macarrão ao Molho de Frango (Vermelho) (SS)	Mexidão com Frango (Laranja) (SS)	Arroz com Brócolis e Frango (Branco) (SS)
Lanche da tarde	Laranja (Amarelo) (SS)	Banana (Amarelo) (SS)	Melancia (Vermelho) (SS)	Mamão (Laranja) (SS)	Abacaxi (Amarelo) (SS)
Jantar	Galinhada (com milho e cenoura) (Marrom) (SS)	Macarrão ao Molho de Sardinha (Vermelho) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Torta de Frango Requeijão e Legumes (cenoura, milho e abobrinha) (Amarelo) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Frango em cubos refogado (Marrom) (SS) Salada de beterraba com repolho (Roxo) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Macarrão Oriental (Vermelho) (SS)

Semana 2					
Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Café da Manhã	Banana (Amarelo) (SS) Bolo de Cenoura (Laranja) (SS)	Bolo Nutritivo (Marrom) (SS) Mexerica (Laranja) (SS)	Biscoito Maisena (Amarelo) (SS) Suco Natural de Abacaxi (Amarelo) (LP)	Bolo de Cenoura (Laranja) (SS) Caqui (Vermelho) (SS)	Bolo de Banana (Marrom) (SS) Laranja (Amarelo) (SS)
Almoço	Arroz Simples (Branco) (SS) Cuscuz com Sardinha (Amarelo) (SS)	Mandioca Cozida (Amarelo) (SS) Risoto de Frango (Branco) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Feijão Carioca Simples (Marrom) (SS) Torta de carne moída com legumes (abobrinha, tomate e milho) com requeijão (Marrom) (SS) Farofa de Beterraba (Roxo) (SS)	Mexidão com Frango (Laranja) (SS)	Macarrão ao Molho de Frango (Vermelho) (SS)
Lanche	Laranja	Melancia (Vermelho)	Mamão	Goiaba Vermelha	Banana (Amarelo)

da tarde	(Amarelo) (SS)	(SS)	(Laranja) (SS)	(Vermelho) (SS)	(SS)
Jantar	Arroz Simples (Branco) (SS) Cuscuz com Sardinha (Amarelo) (SS) Salada de repolho (Branco) (SS)	Macarrão ao Molho de Sardinha (Vermelho) (SS)	Galinhada (com milho e cenoura) (Marrom) (SS)	Arroz com Linguica e Brócolis (Branco) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Filé de frango grelhado (Marrom) (SS) Salada Girassol (Verde) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)

Semana 3

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Café da Manhã	Bolo Nutritivo (Marrom) (SS) Abacate (Verde) (SS)	Maçã (Vermelho) (SS) Bolo de Cenoura (Laranja) (SS)	Suco Natural de Abacaxi (Amarelo) (LP) Bolo de Fubá com Queijo (Amarelo) (SS)	Banana (Amarelo) (SS) Bolo Nutritivo (Marrom) (SS)	Bolo de Banana (Marrom) (SS) Laranja (Amarelo) (SS)
Almoço	Arroz Simples (Branco) (SS) Cuscuz com Sardinha (Amarelo) (SS)	Macarrão ao Molho de Sardinha (Vermelho) (SS)	Arroz com Brócolis e Frango (Branco) (SS)	Mexidão com Frango (Laranja) (SS)	Feijão Carioca Batido (Marrom) (LP) Refogado de Legumes (Verde) (SS) Arroz com Linguica e Brócolis (Branco) (SS)
Lanche da tarde	Melancia (Vermelho) (SS)	Abacaxi (Amarelo) (SS)	Mexerica (Laranja) (SS)	Mamão (Laranja) (SS)	Goiaba Vermelha (Vermelho) (SS)
Jantar	Arroz Simples (Branco) (SS) Cuscuz com Sardinha (Amarelo) (SS) Salada de repolho (Branco) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Salada de Beterraba (Roxo) (SS) Frango em cubos refogado (Marrom) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Arroz com Brócolis e Frango (Branco) (SS)	Mandioca Cozida (Amarelo) (SS) Risoto de Frango (Branco) (SS)	Macarrão ao Molho de Frango (Vermelho) (SS)

Semana 4

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	Bolo de				Bolo

Café da Manhã	Cenoura (Laranja) (SS) Melancia (Vermelho) (SS)	Maçã (Vermelho) (SS) Bolo Nutritivo (Marrom) (SS)	Bolo de Banana (Marrom) (SS) Mamão (Laranja) (SS)	Bolo de Cenoura (Laranja) (SS) Abacaxi (Amarelo) (SS)	Nutritivo (Marrom) (SS) Melancia (Vermelho) (SS)
Almoço	Arroz Simples (Branco) (SS) Cuscuz com Sardinha (Amarelo) (SS) Salada de repolho (Branco) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Salada de Beterraba (Roxo) (SS) Frango em cubos refogado (Marrom) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Arroz com Brócolis e Frango (Branco) (SS)	Mandioca Cozida (Amarelo) (SS) Risoto de Frango (Branco) (SS)	Macarrão ao Molho de Frango (Vermelho) (SS)
Lanche da tarde	Caqui (Vermelho) (SS)	Mexerica (Laranja) (SS)	Banana (Amarelo) (SS)	Laranja (Amarelo) (SS)	Goiaba Vermelha (Vermelho) (SS)
Jantar	Arroz Simples (Branco) (SS) Cuscuz com Sardinha (Amarelo) (SS)	Macarrão ao Molho de Sardinha (Vermelho) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Filé de frango grelhado (Marrom) (SS) Farofa de Beterraba (Roxo) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Mexidão com Frango (Laranja) (SS)	Farofa de Cenoura (Amarelo) (SS) Frango com milho (Amarelo) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS) Arroz com Vagem (Branco) (SS)

Custo total: 36.81