

| Semana 1        |  |  |   |   |   |
|-----------------|--|--|---|---|---|
| Refeição        | Segunda-Feira  | Terça-Feira  | Quarta-Feira  | Quinta-Feira  | Sexta-Feira   |
| Café da Manhã   | Bolo Nutritivo (Marrom) (SS)<br>Suco Natural de Abacaxi (Amarelo) (LP)       | Goiaba Vermelha (Vermelho) (SS)<br>Biscoito Maisena (Amarelo) (SS)   | Caqui (Vermelho) (SS)<br>Pão de Forma com Margarina (Amarelo) (SS)  | Bolo de Cenoura (Laranja) (SS)<br>Mexerica (Laranja) (SS)         | Biscoito Cream Cracker (Amarelo) (SS)<br>Suco Natural de Abacaxi (Amarelo) (LP)                       |
| Almoço          | Macarrão Oriental (Vermelho) (SS)  | Macarrão ao Molho de Sardinha (Vermelho) (SS)  | Arroz Simples (Branco) (SS)<br>Salada de Beterraba (Roxo) (SS)<br>Frango em cubos refogado (Marrom) (SS)<br>Feijão Fradinho (Marrom) (SS) | Arroz com Brócolis e Frango (Branco) (SS)                         | Arroz Simples (Branco) (SS)<br>Filé de frango grelhado (Marrom) (SS)<br>Feijão Fradinho (Marrom) (SS) |
| Lanche da tarde | Mamão (Laranja) (SS)   | Banana (Amarelo) (SS)  | Laranja (Amarelo) (SS)  | Melancia (Vermelho) (SS)  | Mamão (Laranja) (SS)  |
| Jantar          | Arroz com Linguica e Brócolis (Branco) (SS)<br>Feijão Fradinho (Marrom) (SS) | Arroz Simples (Branco) (SS)<br>Torta de carne moída com legumes (abobrinha, tomate e milho) com requeijão (Marrom) (SS)<br>Feijão Fradinho (Marrom) (SS) | Arroz Simples (Branco) (SS)<br>Farofa de Feijão (Marrom) (SS)   | Arroz Simples (Branco) (SS)<br>Cuscuz com Sardinha (Amarelo) (SS) | Tutu de Feijão Carioca (Marrom) (LP)<br>Arroz Simples (Branco) (SS)<br>Mandioca Cozida (Amarelo) (SS) |

| Semana 2      |  |  |   |   |   |
|---------------|--|--|---|---|---|
| Refeição      | Segunda-Feira  | Terça-Feira  | Quarta-Feira  | Quinta-Feira  | Sexta-Feira   |
| Café da Manhã | Maçã (Vermelho) (SS)<br>Bolo Nutritivo (Marrom) (SS) | Biscoito Maisena (Amarelo) (SS)<br>Caqui (Vermelho) (SS) | Laranja (Amarelo) (SS)<br>Pão de Forma com Margarina (Amarelo) (SS) | Bolo de Cenoura (Laranja) (SS)<br>Mexerica (Laranja) (SS) | Biscoito Maisena (Amarelo) (SS)<br>Maçã (Vermelho) (SS) |
|               |  |  |   |   | Arroz Simples (Branco) (SS)<br>Mandioca                 |

|                 |  |  |   |   |   |
|-----------------|--|--|---|---|---|
| Almoço          | Macarrão Oriental (Vermelho) (SS)  | Macarrão ao Molho de Sardinha (Vermelho) (SS)  | Arroz Simples (Branco) (SS)<br>Salada de Beterraba (Roxo) (SS)<br>Frango em cubos refogado (Marrom) (SS)<br>Feijão Fradinho (Marrom) (SS) | Arroz com Brócolis e Frango (Branco) (SS)                         | Cozida (Amarelo) (SS)<br>Filé de frango grelhado (Marrom) (SS)<br>Feijão Fradinho (Marrom) (SS) |
| Lanche da tarde | Banana (Amarelo) (SS)  | Goiaba Vermelha (Vermelho) (SS)  | Melancia (Vermelho) (SS)  | Mamão (Laranja) (SS)  | Banana (Amarelo) (SS)   |
| Jantar          | Arroz com molho de carne e hortaliças (Vermelho) (SS)<br>Feijão Fradinho (Marrom) (SS) | Arroz Simples (Branco) (SS)<br>Torta de carne moída com legumes (abobrinha, tomate e milho) com requeijão (Marrom) (SS)<br>Feijão Fradinho (Marrom) (SS) | Arroz Simples (Branco) (SS)<br>Farofa de Feijão (Marrom) (SS)   | Arroz Simples (Branco) (SS)<br>Cuscuz com Sardinha (Amarelo) (SS) | Tutu de Feijão Carioca (Marrom) (LP)<br>Arroz Simples (Branco) (SS)                             |

Semana 3

| Refeição        | Segunda-Feira  | Terça-Feira  | Quarta-Feira  | Quinta-Feira  | Sexta-Feira  |
|-----------------|--|--|---|---|--|
| Café da Manhã   | Bolo Nutritivo (Marrom) (SS)<br>Suco Natural de Abacaxi (Amarelo) (LP)   | Laranja (Amarelo) (SS)<br>Pão de Forma com Margarina (Amarelo) (SS)  | Biscoito Maisena (Amarelo) (SS)<br>Mamão (Laranja) (SS)   | Bolo de Cenoura (Laranja) (SS)<br>Caqui (Vermelho) (SS) | Goiaba Vermelha (Vermelho) (SS)<br>Biscoito Cream Cracker (Amarelo) (SS)                             |
| Almoço          | Macarrão Oriental (Vermelho) (SS)  | Macarrão ao Molho de Sardinha (Vermelho) (SS)  | Arroz Simples (Branco) (SS)<br>Salada de Beterraba (Roxo) (SS)<br>Frango em cubos refogado (Marrom) (SS)<br>Feijão Fradinho (Marrom) (SS) | Arroz com Brócolis e Frango (Branco) (SS)               | Tutu de Feijão Carioca (Marrom) (LP)<br>Arroz Simples (Branco) (SS)<br>Salada de Acelga (Verde) (SS) |
| Lanche da tarde | Goiaba Vermelha (Vermelho) (SS)  | Melancia (Vermelho) (SS)   | Mexerica (Laranja) (SS)   | Banana (Amarelo) (SS)                                   | Maçã (Vermelho) (SS)   |
| Jantar          | Arroz com molho de carne e hortaliças (Vermelho) (SS)<br>Feijão Fradinho | Arroz Simples (Branco) (SS)<br>Torta de carne moída com legumes (abobrinha, tomate e milho) com requeijão (Marrom) (SS)<br>Farofa de Beterraba (Roxo) (SS) | Arroz Simples (Branco) (SS)<br>Farofa de Feijão (Marrom) (SS)   | Arroz Simples (Branco) (SS)<br>Cuscuz com Sardinha      | Tutu de Feijão Carioca (Marrom) (LP)<br>Arroz Simples  |

|                 |   |  |   |   |   |
|-----------------|---|--|---|---|---|
|                 | (Marrom)<br>(SS)  | Feijão Fradinho<br>(Marrom) (SS)   |   | (Amarelo)<br>(SS)   | (Branco)<br>(SS)  |
| Semana 4        |   |  |   |   |   |
| Refeição        | Segunda-Feira   | Terça-Feira  | Quarta-Feira  | Quinta-Feira  | Sexta-Feira   |
| Café da Manhã   | Bolo Nutritivo<br>(Marrom) (SS)<br>Laranja<br>(Amarelo) (SS)  | Suco Natural de Abacaxi<br>(Amarelo) (LP)<br>Pão de Forma com<br>Margarina<br>(Amarelo) (SS)                             | Biscoito Maisena<br>(Amarelo) (SS)<br>Abacaxi<br>(Amarelo) (SS)   | Goiaba Vermelha<br>(Vermelho) (SS)<br>Bolo de Cenoura<br>(Laranja) (SS) | Biscoito Cream Cracker<br>(Amarelo) (SS)<br>Laranja<br>(Amarelo) (SS)   |
| Almoço          | Arroz Simples<br>(Branco) (SS)<br>Mandioca Cozida<br>(Amarelo) (SS)<br>Frango com milho<br>(Amarelo) (SS)<br>Feijão Fradinho<br>(Marrom) (SS) | Macarrão Oriental<br>(Vermelho) (SS)   | Macarrão ao Molho de Sardinha<br>(Vermelho) (SS)  | Arroz com Brócolis e Frango<br>(Branco) (SS)                            | Arroz Simples<br>(Branco) (SS)<br>Salada de Beterraba<br>(Roxo) (SS)<br>Frango em cubos refogado<br>(Marrom) (SS)<br>Feijão Fradinho<br>(Marrom) (SS) |
| Lanche da tarde | Melancia<br>(Vermelho) (SS)   | Mexerica<br>(Laranja) (SS)   | Mamão<br>(Laranja) (SS)   | Banana<br>(Amarelo) (SS)  | Melancia<br>(Vermelho) (SS)   |
| Jantar          | Arroz com molho de carne e hortaliças<br>(Vermelho) (SS)<br>Feijão Fradinho<br>(Marrom) (SS)  | Arroz com Linguica e Brócolis<br>(Branco) (SS)<br>Farofa de Beterraba<br>(Roxo) (SS)<br>Feijão Fradinho<br>(Marrom) (SS) | Arroz Simples<br>(Branco) (SS)<br>Torta de carne moída com legumes (abobrinha, tomate e milho) com requeijão<br>(Marrom) (SS)<br>Feijão Fradinho<br>(Marrom) (SS) | Arroz Simples<br>(Branco) (SS)<br>Cuscuz com Sardinha<br>(Amarelo) (SS) | Arroz Simples<br>(Branco) (SS)<br>Farofa de Feijão<br>(Marrom) (SS)   |

Custo total: 39.21