

Semana 1					
Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Café da Manhã	Bolo Nutritivo (Marrom) (SS) Mexerica (Laranja) (SS)	Biscoito Maisena (Amarelo) (SS) Maçã (Vermelho) (SS)	Goiaba Vermelha (Vermelho) (SS) Bolo de Cenoura (Laranja) (SS)	Laranja (Amarelo) (SS) Pão de Forma com Margarina (Amarelo) (SS)	Biscoito Maisena (Amarelo) (SS) Mexerica (Laranja) (SS)
Almoço	Bambá de Couve (Amarelo) (LP) Arroz Simples (Branco) (SS) Filé de frango grelhado (Marrom) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Frango em cubos refogado (Marrom) (SS) Farofa de Beterraba (Roxo) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Arroz com Brócolis e Frango (Branco) (SS)	Polenta à Bolonhesa (Amarelo) (LP) Arroz Simples (Branco) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Bambá de Couve (Amarelo) (LP) Arroz com Linguica e Brócolis (Branco) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)
Lanche da tarde	Melancia (Vermelho) (SS)	Caqui (Vermelho) (SS)	Banana (Amarelo) (SS)	Mamão (Laranja) (SS)	Melancia (Vermelho) (SS)
Jantar	Arroz Colorido com Carne Moída (Laranja) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Torta de carne moída com legumes (abobrinha, tomate e milho) com requeijão (Marrom) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Cuscuz com Sardinha (Amarelo) (SS)	Arroz com molho de carne e hortaliças (Vermelho) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Macarrão ao Molho de Sardinha (Vermelho) (SS)

Semana 2					
Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Café da Manhã	Maçã (Vermelho) (SS) Pão de Forma com Requeijão (Amarelo) (SS)	Biscoito Cream Cracker (Amarelo) (SS) Banana (Amarelo) (SS)	Bolo de Cenoura (Laranja) (SS) Mamão (Laranja) (SS)	Bolo Nutritivo (Marrom) (SS) Melancia (Vermelho) (SS)	Biscoito Maisena (Amarelo) (SS) Suco Natural de Abacaxi (Amarelo) (LP)
	Arroz Simples (Branco) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS)	Arroz com	Arroz Simples (Branco) (SS) Quibe de Forno (Marrom)	Arroz Simples (Branco) (SS)

Almoço	Frango com milho (Amarelo) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Filé de frango grelhado (Marrom) (SS) Farofa de Beterraba (Roxo) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Brócolis e Frango (Branco) (SS)	(SS) Salada de repolho (Branco) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Isca de lombo suíno com brócolis (Verde) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)
Lanche da tarde	Caqui (Vermelho) (SS)	Goiaba Vermelha (Vermelho) (SS)	Laranja (Amarelo) (SS)	Mexerica (Laranja) (SS)	Tangerina (Laranja) (SS)
Jantar	Arroz Simples (Branco) (SS) Farofa de Feijão (Marrom) (SS) Chuchu refogado (Verde) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Torta de carne moída com legumes (abobrinha, tomate e milho) com requeijão (Marrom) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Cuscuz com Sardinha (Amarelo) (SS) Mandioca Cozida (Amarelo) (SS)	Arroz Colorido com Carne Moída (Laranja) (SS)	Macarrão ao Molho de Sardinha (Vermelho) (SS)

Semana 3

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Café da Manhã	Banana (Amarelo) (SS) Pão de Forma com Margarina (Amarelo) (SS)	Biscoito Cream Cracker (Amarelo) (SS) Laranja (Amarelo) (SS)	Bolo de Cenoura (Laranja) (SS) Melancia (Vermelho) (SS)	Bolo Nutritivo (Marrom) (SS) Mexerica (Laranja) (SS)	Biscoito Cream Cracker (Amarelo) (SS) Leite Caramelado (Marrom) (LP)
Almoço	Arroz Simples (Branco) (SS) Salada de Acelga (Verde) (SS) Frango em cubos refogado (Marrom) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Bobó de Frango (Amarelo) (LP) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Arroz com Brócolis e Frango (Branco) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Mandioca Cozida (Amarelo) (SS) Isca de lombo suíno acebolada (Marrom) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Torta de carne moída com legumes (abobrinha, tomate e milho) com requeijão (Marrom) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)
Lanche da tarde	Caqui (Vermelho) (SS)	Mamão (Laranja) (SS)	Maçã (Vermelho) (SS)	Goiaba Vermelha (Vermelho) (SS)	Banana (Amarelo) (SS)
	Arroz Simples (Branco)	Arroz com molho de carne e hortaliças	Arroz Simples (Branco) (SS) Cuscuz com	Arroz	

Jantar	(SS) Farofa de Feijão (Marrom) (SS)	(Vermelho) (SS) Farofa de Beterraba (Roxo) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Sardinha (Amarelo) (SS) Batata com Orégano (Amarelo) (SS)	Colorido com Carne Moída (Laranja) (SS)	Macarrão ao Molho de Sardinha (Vermelho) (SS)
--------	--	---	--	---	---

Semana 4

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Café da Manhã	Mamão (Laranja) (SS) Pão de Forma com Margarina (Amarelo) (SS)	Biscoito Maisena (Amarelo) (SS) Suco Natural de Abacaxi (Amarelo) (LP)	Goiaba Vermelha (Vermelho) (SS) Bolo de Cenoura (Laranja) (SS)	Maçã (Vermelho) (SS) Bolo Nutritivo (Marrom) (SS)	Biscoito Maisena (Amarelo) (SS) Banana (Amarelo) (SS)
Almoço	Arroz com Linguica e Brócolis (Branco) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Filé de frango grelhado (Marrom) (SS) Farofa de Beterraba (Roxo) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Arroz com Brócolis e Frango (Branco) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Isca de lombo suíno acebolada (Marrom) (SS) Salada de repolho (Branco) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Macarrão ao Molho de Sardinha (Vermelho) (SS)
Lanche da tarde	Laranja (Amarelo) (SS)	Caqui (Vermelho) (SS)	Melancia (Vermelho) (SS)	Tangerina (Laranja) (SS)	Laranja (Amarelo) (SS)
Jantar	Arroz Simples (Branco) (SS) Farofa de Feijão (Marrom) (SS) Salada de Pepino com Tomate (Verde) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Filé de frango grelhado (Marrom) (SS) Batata doce refogada (Amarelo) (SS) Feijão Fradinho (Marrom) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Cuscuz com Sardinha (Amarelo) (SS) Mandioca Cozida (Amarelo) (SS)	Arroz Colorido com Carne Moída (Laranja) (SS)	Arroz Simples (Branco) (SS) Feijão Carioca Batido (Marrom) (LP) Torta de carne moída com legumes (abobrinha, tomate e milho) com requeijão (Marrom) (SS)

Custo total: 42.44