|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Refeição | Segunda-feira | Terça-  feira | Quarta-  feira | Quinta-  feira | Sexta-  feira |
| DIAS | **01/01** | **02/01** | **03/01** | **04/01** | **05/01** |
| Lanche da Manhã  **9H** | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| Almoço  11H | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| Lanche da tarde  15H | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| Sopa  **17H** | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Refeição | Segunda-  feira | Terça-  feira | Quarta-  feira | Quinta-  feira | Sexta-  feira |
| DIAS | 08/01 | 09/01 | 10/01 | 11/01 | 12/01 |
| Lanche da Manhã  **9H** | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| Almoço  11H | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| Lanche da tarde  15H | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| Sopa  **17H** | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Refeição | Segunda-feira | Terça-  feira | Quarta-  feira | Quinta-  feira | Sexta-  feira |
| DIAS | **15/01** | **16/01** | **17/01** | **18/01** | **19/01** |
| Lanche da Manhã  **9H** | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| Almoço  11H | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| Lanche da tarde  15H | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| Sopa  **17H** | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Refeição | Segunda-  feira | Terça-  feira | Quarta-  feira | Quinta-  feira | Sexta-  Feira |
| DIAS | 22/01 | 23/01 | 24/01 | 25/01 | 26/01 |
| Lanche da Manhã  **9H** | Bolacha doce ou salgada  Fruta  Chá de Camomila | Bolo de Fubá  Fruta  Leite com chocolate | Bolacha Salgada  Cereal com leite ou iogurte  Fruta  Chá de Erva-doce | Pão com queijo  Fruta  Leite com chocolate | Bolacha doce ou salgada  Fruta  Chá de Maçã |
| Almoço  11H | Arroz, Feijão,  Molho bolonhesa enriquecido com legumes, macarrão parafuso,  Salada de tomate,  Suco de laranja | Risoto de frango, Feijão,  Brócolis e cenoura refogados,  Salada de repolho,  Suco de limão | Arroz, Grão de bico,  Músculo desfiado, mandioca cozida,  Salada de alface,  Suco de abacaxi | Arroz, Feijão,  Bife de fígado,  Batata ao molho branco,  Salada de acelga, Suco de maracujá | Arroz, Feijão,  Iscas de peixe,  Batata doce assada,  Salada de beterraba,  Suco de laranja |
| Lanche da tarde  15H | Fruta  Bolo de Fubá  Suco de abacaxi | Fruta  Bolo de pão de queijo  Vitamina de banana e maçã | Fruta  Broinha de Fubá  Chá mate | Fruta  Pão com queijo  Suco de abacaxi | Fruta  Quibe assado  Suco de maracujá |
| Sopa  **17H** | Sopa de legumes batida | Canja de galinha | Sopa de grão de bico com carne | Sopa de feijão batido | Sopa de legumes |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Refeição | Segunda-  feira | Terça-  feira | Quarta-  feira | Quinta-  feira | Sexta-  feira |
| DIAS | **29/01** | **30/01** | **31/01** | **01/02** | **02/02** |
| Lanche da Manhã  **9H** | Mingau de aveia  Bolacha doce ou salgada  Fruta  Chá de Erva-doce | Bolo de chocolate,  Fruta  Leite com chocolate | Bolacha doce/salgada  Cereal com iogurte ou leite  Fruta  Chá de Capim Limão | Pão com requeijão  Fruta  Leite com chocolate | Bolacha doce ou salgada  Fruta  Chá Mate |
| Almoço  11H | Arroz, Feijão,  Ovos mexidos, abóbora refogada, ,  Salada de rúcula  Suco de limão | Arroz, Feijão,  Sobrecoxa,  Polenta cremosa,  Salada de beterraba ralada  Suco de laranja | Arroz, Lentilha,Estrogonofe de carne,Batata assada em rodelas,Salada de tomate, Suco de abacaxi | Arroz, Feijão,  Lasanha de carne,  Abobrinha refogada,  Salada de rúcula,  Suco de laranja | Arroz, Feijão,  Peixe assado,  Suflê de chuchu,  Salada de alface,  Suco de limão |
| Lanche da tarde  15H | Fruta  Bolo de Milho  Suco de abacaxi | Fruta  Torta de queijo, presunto e tomate  Chá mate | Fruta  Cookie caseiro  Suco de maracujá | Fruta  Pão com queijo  Chá de limão gelado | Fruta  Pizza de assadeira  Suco de laranja |
| Sopa  **17H** | Sopa de legumes com carne | Sopa de frango com aveia | Sopa de lentilha com carne | Sopa de feijão com macarrão | Creme de legumes |