

Semana I: 02 a 06 de Outubro/ 2017 (Itaigara)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Saladas Cruas	Alface Lisa Tomate	Alface Americana Tomate-Uva	Alface Roxa Tomate	Alface Crespa Tomate-Cereja	Alface Americana c/Morangos
	Rúcula c/Tomate Seco	ESPINAFRE FATIADO c/MILHO	Acelga c/Cenoura Ralada e Kani	BETERRABA Ralada c/Queijo Minas	Agrião
Saladas Cozidas	MANDIOQUINHA ALHO e Óleo c/ORégano	ABÓBORA c/QUIABO e Salsa	Soja em Grãos à Vinagrete	Vagem c/Cenoura REFOGADA e Salsa	Banana da Terra em RODELAS COZIDA
	BRÓCOLIS c/Cenoura em Rodelas	CHUCHU REFOGADO c/MILHO e ORégano	BATATA c/ATUM e ERVILHAS	Couve-FLOR c/Tom;ate Cereja e CEBOLA ROXA	Couve c/REPOLHO ROXO ALHO e Óleo
Arroz (02 tipos)	Branco Integral c/Couve	Branco Integral	Branco Integral	Branco Integral	Branco Integral
Feijão	Preto	CARIOQUINHA	Preto	CARIOQUINHA	Preto
Guarnição	FAROFa DE Ovos	ESPAGUETE ao MOLHO Tomate (separado)	QUIBE de Forno (Veg.) Recheado c/Queijo	ESpAGUETE ao ALHO e Óleo	PURê de Batata
Prato Principal	Carne Moída c/Legumes (ao Lado)	Lombo à Vinagrete	Catado de Peixe c/CHUCHU	STROGONOFF Frango c/BATATA PALHA	Coxa e SOBRECoxa de FRANGO ENSOPADA
Opção	FILÉ de Frango GRELHADO	Isca de Frango GRELHADO c/BRÓCOLIS	FILÉ de Frango GRELHADO	FILÉ de Carne GRELHADA	Carne c/ACEBOLADA
Sobremesa	SALADA DE FRUTAS c/Leite Condensado	FRUTA	PUDIM de Leite	FRUTAS	FRUTAS

***Cardápio sujeito a alterações**

Semana II: 09 a 13 de Outubro/ 2017 (Itaigara) – Semana da Criança

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Saladas Cruas	ALface Americana Tomate Cereja	ALface Crespa Tomate	ALface Americana Tomate-Uva	FERIADO	RECESSO
	CUBINHOS DE Pepino c/Casca e MILHO	RÚCULA c/Abacaxi e GERGELIM PRETO	AGRIÃO c/PALMITO		
Saladas Cozidas	BETERRABA c/REPOLHO Branco e Azeitonas	Banana Terra e Abacaxi GRELHADOS	BATATA c/Creme de Leite e Salsa		
	7Grãos à Vinagrete c/Passas	BATATA Doce c/BRÓCOLIS	ESPINAFRE c/Queijo Minas		
Arroz (02 tipos)	Branco Integral	Branco Integral	Branco Integral		
Feijão	CARIOQUINHA	PRETO	CARIOQUINHA		
Guarnição	FESTIVAL DE MOLHOS: *Ao Sugo *Branco *Bolonhesa	MINI PIZZA (MISTA/QUEIJO)	BATATA em TIRAS no Forno		
Prato Principal	FESTIVAL DE MASSAS: *Espaguete *Penne *Parafuso	Isca de Carne do Sol ACEBOLADA	MINI HAMBÚRGUER DE CARNE DE FORNO		
Opção	Isca de Carne GRELHADA	FILÉ de Frango GRELHADO	Isca de Frango ACEBOLADA		
Sobremesa	PICOLÉ DE FRUTAS	BRIGADEIRO DE COPINHO	ESPETINHO DE FRUTAS c/COBERTURA		

*Cardápio sujeito a alterações

Semana III: 16 a 20 de Outubro/ 2017 (Itaigara)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Saladas Cruas	ALFACE CRESPA Tomate Cereja	ALFACE ROXA Tomate	ALFACE AMERICANA Tomate-Uva	ALFACE CRESPA Tomate Cereja	ALFACE LISA Tomate
	ACELGA c/COUVE e Maçã VERMELHA c/CASCA	PEPINO c/CENOURA Ralada à VINAGRETE	RÚCULA c/Tomate Seco	BETERRABA RALADA c/CUBOS DE LARANJA	REPOLHO BRANCO e ROXO c/ABACAXI e iogurte
Saladas Cozidas	SOJA TEXTURIZADA c/ATUM à VINAGRETE	GRAVATINHA c/Tomate Cereja e CEBOLA ROXA	GRÃO DE BICO c/PEPINO em CUBOS e AZEITONAS	CHUCHU c/Tomate Cereja e MANJERICÃO	TABULE DE COUVE- FLOR
	ABÓBORA REFOGADA c/ERVILHAS e Salsa	PALITOS DE ABOBRINHA ASSADOS c/PARMESÃO e ERVAS	ACELGA REFOGADA c/CENOURA e GERGELIM PRETO	OVO GALINHA COZIDO c/ORÉGANO e AZEITE	VAGEM, BATATA e CENOURA SAUTÉ
Arroz (02 tipos)	BRANCO INTEGRAL	BRANCO INTEGRAL	BRANCO INTEGRAL c/BRÓCOLIS	BRANCO INTEGRAL	BRANCO INTEGRAL
Feijão	PRETO	CARIOQUINHA	PRETO	CARIOQUINHA	PRETO
Guarnição	PURÊ MISTO DE ABÓBORA c/BATATA	ESPAGUETE c/MOLHO BRANCO e PARMESÃO (SEPARADOS)	FAROFA DE COUVE	BATATA GRATINADA c/QUEIJO	MASSA PENNE Ao ALHO e ÓLEO
Prato Principal	PANQUECAS COLORIDAS DE FRANGO	PEIXE ASSADO c/LEGUMES	QUIABADA (s/DENDÊ e s/camarão)	ESCONDIDINHO DE CARNE MOÍDA c/BATATA	COXA e SOBRECOPA ENSOPADA

Opção	BIFE DE CARNE GRELHADA	FILÉ DE FRANGO GRELHADO	FILÉ DE FRANGO GRELHADO	ISCA DE FRANGO ACEBOLADA	ISCA DE CARNE GRELHADA
Sobremesa	FRUTA	MINI GELADINHO DE GOIABA	FRUTA	BEIJINHO DE COPINHO	FRUTA

*Cardápio sujeito a alterações

Semana IV: 22 a 27 de Outubro/ 2017 (Itaigara)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Saladas Cruas	ALFACE CRESPA Tomate Cereja	ALFACE AMERICANA Tomate	ALFACE LISA Tomate-Uva	ALFACE AMERICANA Tomate Cereja	ALFACE ROXA Tomate
	ACELGA c/CENOURA Ralada e Kani- Kama	AGRIÃO c/Manga e HORTELÃ	PEPINO JAPONÊS AGRIDOCE (<i>Sunomono</i>)	REPOLHO ROXO c/MILHO e LOGURTE	RÚCULA c/Tomate Seco
Saladas Cozidas	FEIJÃO BRANCO c/ATUM, Tomate e CEBOLA ROXA	MAXIXE em RODELAS à VINAGRETE	BETERRABA c/GRÃO DE BICO e COENTRO	BATATA c/Ovos CODORNA e AZEITONAS	BERINJELA ASSADA c/PRESUNTO, PIMENTÃO, CEBOLA ROXA
	RODELAS DE BANANA TERRA ASSADA c/GERGELIM	COUVE FATIADO c/BATATA DOCE e MILHO	COUSCOUS MARROQUINO c/CENOURA, ERVILHA e Passas	FRADINHO à VINAGRETE	QUIABO c/ABÓBORA
Arroz (02 tipos)	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL c/ERVILHAS	ARROZ INTEGRAL
Feijão	CARIOQUINHA	PRETO	CARIOQUINHA	PRETO	CARIOQUINHA
Guarnição	LEGUMES	FAROFA com	MASSA PARAFUSO	PURÊ DE	ESPAGUETE c/MOLHO

	Sauté	Cenoura	ALHO e Óleo	Mandioquinha	Tomate (separado)
Prato Principal	Lasanha de Queijo	Lombo ao Molho c/BRÓCOLIS	CUBOS de Frango Ensopado c/LEGUMES	BOLINHO de Peixe de Forno	BIFE à Rolé c/Cenoura
Opção	Isca de Frango GRELHADO c/Vagem	FILÉ de Frango GRELHADO	BIFE GRELHADO	FILÉ de Frango GRELHADO	Isca de Frango ACEBOLADA
Sobremesa	FRUTA	GELATINA de MORANGO	FRUTA	Mousse de Limão	FRUTA

*Cardápio sujeito a alterações

Semana V: 30 de Outubro a 03 de Novembro/ 2017 (Itaigara)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Saladas Cruas	ALface Americana Tomate	ALface Crespa Tomate-Uva	ALface Lisa Tomate Cereja		ALface Roxa Tomate
	Quiabo à Vinagrete	Acelga c/Couve FATIADO e BETERRABA Ralada	AGRIão c/ABACAXI e HORTELã		RÚCULA c/Tomate Seco
Saladas Cozidas	Lentilha c/Tomate e Queijo Minas	TABULE	TIRAS de ABOBRINHA c/Tomate e ERVAS		Grão de Bico c/ATUM e Salsa
	Ovos de Galinha COZIDOS c/ESPINAFRE	Mandioquinha c/ERVILHAS e PRESUNTO Ralado	Soja em Grãos à Vinagrete c/cenoura Ralada	FERIADO	REPOLHO Branco c/Maçã Verde, Creme Leite e Salsa
Arroz (02 tipos)	Branco Integral	Branco Integral c/Linhaça	Branco Integral		Branco 7 Cereais c/BRÓCOLIS
Feijão	Preto	Carioquinha	Carioquinha		Preto

Guarnição	Massa Penne ALHO e Óleo	Purê de Batatas	Pirão de Legumes		Banana da Terra e Abacaxi Grelhados
Prato Principal	Rocambole de Batata c/Carne e Molho de Tomate	Peixe Assado c/Tomate Seco	Cozido		Torta Crepe de Frango
Opção	Filé de Frango Grelhado	Isca de Carne Acebolada	Filé de Frango Grelhado		Isca de Carne Grelhada c/ERVILHAS
Sobremesa	FRUTA	Salame de Chocolate	FRUTA		Gelatina de Uva

*Cardápio sujeito a alterações