

	Segunda-Feira (02)	Terça-Feira (03)	Quarta-Feira (04)	Quinta Feira (05)	Sexta Feira (06)	
Semana 1	Lanche	Fruta Pão de Queijo Suco de Fruta	Fruta Sanduiche de Carne Moída Suco de Fruta	Fruta Bisnaguinha com Requeijão Suco de Fruta	Fruta Milho Verde Cozido Suco de Fruta	Fruta Pão Caseiro de Cará com Manteiga Leite com Chocolate
	Almoço	Arroz, Feijão Carne Assada ao Molho Madeira Purê de Mandioquinha Salada de Pepino com Tomate Gelatina natural***	Arroz, Feijão Peixe Empanado Creme de Espinafre Salada de Alface Crespa	Arroz, Feijão Branco Sobrecoca de Frango Assada Cenoura Refogada Salada de Rúcula Gelatina natural***	Arroz, Feijão Panqueca de Carne (com farinha de aveia e farinha de linhaça) Ervilha na Manteiga Salada de Acelga	Arroz, Feijão Strogonoff de Frango (com creme de inhame*) Beterraba Crua Ralada Salada de Alface Americana Gelatina natural***

Semana 2		Segunda-Feira (09)	Terça-Feira (10)	Quarta-Feira (11)	Quinta Feira (12)	Sexta Feira (13)
	Lanche	Fruta Bolo Caseiro de Coco** Iogurte Caseiro de Morango	Fruta Ciabatta com Patê de Atum Suco de Fruta	Fruta Sanduiche (pão francês, requeijão, peito de peru, alface, tomate e cenoura) Suco de Fruta	Fruta Tapioca de Muçarela Suco de Fruta	Fruta Torta Caseira de Frango Suco de Fruta
Almoço	Arroz, Feijão Preto Tirinhas de Carne Grelhada com Cebola e Pimentão Farofa Caseira de Cenoura e Alho Poró Salada de Couve	Arroz, Feijão Bobó de Frango Abobrinha Refogada Salada de Agrião Gelatina natural***	Spaghetti à Bolonhesa Brócolis ao Alho e Azeite Salada de Grão de Bico	Arroz, Feijão Filé de Frango Grelhado Abóbora Refogada Salada de Repolho Gelatina natural***	Arroz, Feijão Ovo Frito**** Legumes Refogados Salada de Alface Crespa e Roxa	

	Segunda-Feira (16)	Terça-Feira (17)	Quarta-Feira (18)	Quinta Feira (19)	Sexta Feira (20)	
Semana 3	Lanche	Fruta Pizza de Pão de Forma Integral Suco de Fruta	Fruta Pão Caseiro de Abóbora com Manteiga Vitamina de Fruta	Fruta Bisnaguinha com Pasta de Amendoim Caseira Suco de Fruta	Fruta Pão de Queijo Suco de Fruta	Fruta Bolo Caseiro Integral de Chocolate Suco de Fruta
	Almoço	Arroz, Feijão Sobrecoxa de Frango Assado Chuchu com Ervas Frescas Salada de Acelga Gelatina natural***	Arroz, Feijão Escondidinho de Carne e Berinjela (com purê de batata e cará) Salada de Alface Lisa	Arroz, Feijão Churrasco de Forno Creme de Milho Salada de Pepino Picolé Saudável (frutas picadas e água de coco)	Arroz, Feijão Peixe à Portuguesa Cenoura Refogada Salada de Repolho Roxo	Arroz, Feijão Carne de Panela Couve Flor Gratinada Salada de Alface Americana com Rúcula Gelatina natural***

	Segunda-Feira (23)	Terça-Feira (24)	Quarta-Feira (25)	Quinta Feira (26)	Sexta Feira (27)	
Semana 4	Lanche	Fruta Tapioca de Peito de Peru, Tomate e Orégano Suco de Fruta	Fruta Baguete de Gergelim com Queijo Minas Frescal Suco de Fruta	Fruta Pão de Forma com Requeijão Bolo de Aniversário Suco de Fruta	Fruta Sanduiche de Carne Louca Suco de Fruta	Fruta Milho Verde Cozido Suco de Fruta
	Almoço	Arroz, Feijão Bife Grelhado Ratatouille Salada de Alface Mimosa	Macarrão Parafuso ao Alho e Azeite (com cubos de frango dourado, tomate picado, ervilha, azeitona e orégano) Salada Colorida (repolho roxo, cenoura ralada e agrião) Gelatina natural***	Arroz, Feijão Preto Carne Moída Refogada Couve Refogada Salada de Tomate	Arroz, Feijão Ovos Mexidos Cenoura Refogada Salada de Alface Americana Gelatina natural***	Arroz, Feijão Nuggets de Frango Caseiro Assado (com abobrinha e farinha de aveia) Batata Doce Dourada com Alecrim Salada de Acelga

	Segunda-Feira (30)	Terça-Feira (31)	Quarta-Feira (01/4)	Quinta Feira (02/4)	Sexta Feira (03/4)	
Semana 5	Lanche	Fruta Pão de Forma com Patê de Frango Suco de Fruta	Fruta Brioche com Geléia Caseira de Morango Suco de Fruta	Fruta Pão de Queijo Suco de Fruta	Fruta Pão Francês com Muçarela Suco de Fruta	Fruta Bolo Caseiro de Fubá com Laranja** Leite com Chocolate
	Almoço	Arroz, Feijão Peixe Assado ao Vinagrete Brócolis Refogado Salada de Alface Lisa Gelatina natural***	Arroz, Feijão Strogonoff de Carne (com creme de inhame*) Repolho Refogado Salada de Beterraba Cozida	Arroz, Feijão Hambúrguer Caseiro de Frango (com farinha de grão de bico e abobrinha) Salada de Maionese (batata, cenoura e vagem) Gelatina natural***	Arroz, Feijão Tirinhas de Carne Acebolada Creme de Espinafre Salada de Alface Americana	Arroz, Feijão Frango Cremoso (com creme de couve flor* e requeijão) Abóbora Refogada Salada de Acelga com Rúcula Gelatina natural***

*Como substituição do creme de leite

**Sem recheio, sem cobertura

***Gelatina elaborada com suco de frutas natural ou integral e frutas picada

****Utiliza-se uma quantidade mínima de óleo para o preparo.