

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA



SALADA

Salada estrela / Tomate
Maionese Tradicional
enfornada
Folhas Nobres
Beterraba cozida

Salada Caesar /Tomate
Macarronese
Folhas Nobres
Abobrinha Italiana

Salada Grega / Tomate
Maionese de Batata
Folhas Nobres c/
croutons
Milho verde

Repolho roxa c/ passas /
Tomate
Repolho / Passas/ Creme
de Leite
Folhas Nobres
Cenoura Ralada

Salada Tropical
Tomate /muçarela /
Grão de bico
Folhas Nobres
Vagem a Juliana

05/01 a 09/01



PRATO
PRINCIPAL

Arroz / Feijão
Carne Moída
Espinafre c/ ovos
Macarrão ao sugo
Bife de Frango na Chapa
Couve Flor Gratinada

Arroz / Feijão Preto
Carne Cozida
Moranga Refogada
Farofa de Cenoura
Frango Assado
Couve / Angú

Arroz / Feijão
Ovo Pochê
Brócolis ao forno c/ azeite
limão, sal e parmesão
Berinjela parmegiana
Bife de Frango Empanado
Batata doce Frita

Arroz / Feijão Preto
Bife de Boi Acebolado
Palito de Abobrinha
crocante ao forno
Macarrão do Thiago
Cordon Blue
Purê de batata

Arroz/ Feijão Tropeiro
Feijoada light
Couve / laranja
Penne a Bolonhesa
Espetinho de Frango
Batata Rustica



SALADA

FERIADO

FERIADO

FERIADO

Salada grega / Tomate
Salpicão
Folhas Nobres
Milho verde

Salada Quinoa / Tomate
/ Repolho cenoura /
Pepino
Salada de Repolhos
Folhas Nobres
Couve Flor

12/01 a 16/01



PRATO
PRINCIPAL

FERIADO

FERIADO

FERIADO

Arroz / Feijão Preto
Bife de Boi chapa
Farofa Mineira c/ couve
Macarrão Alho e Óleo
Peito de Frango
Ervilha e cenoura a
Juliana

Arroz/ Feijão preto
Espetinho de Kafta
Couve Refogada
Espaguete ao Sugo
Filé de Peixe
Purê de Batatas

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA



SALADA

Salada Caesar /Tomate
Batata c/ ovos e cheiro
verde
Folhas Nobres
Cenoura a Juliana

Salada de Rucula e
manga/ Tomate
Maionese de Batata c/
Atum
Folhas Nobres
Milho verde

Salada Tropical / Tomate
Maionese Tradicional
Folhas Nobres
Beterraba Cozida

Salada de lentilha /
Tomate
Salpicão
Folhas Nobres c/
croutons
Cenourinha amarela

Salada Primavera
Macarronese de atum
Folhas Nobres
Vagem

19/01 a 23/01



**PRATO
PRINCIPAL**

Arroz / Feijão
Cozido Paulista
Couve
Farfale ao molho Pesto
Filé de Frango Cremoso
Farofa c/ ovos

Arroz / Feijão Preto
Bife de Pernil chapa
Mandioca na Manteiga
Berinjela
Frango c/ Quiabo
Angu

Arroz / Feijão
Nuggets Caseiro Nutritivo
Risoto de Moranga
Brócolis
Carne de panela / omelete
ao forno
Batata Frita

Arroz / Feijão
Bife de Boi na Chapa
Abobrinha Recheada
ao forno
Macarrão bolonhesa
Frango Assado
Farofa Rica

Arroz / Feijão tropeiro
Lombo assado
Couve Refogada
Jardineira de Legumes
ao Vapor
Peixe
Batatas ao Murro



SALADA

Salada c/ abacate /
Tomate
Salada De batata
Folhas Nobres c/
croutons
Cenoura Ralada

Broto de feijão/ Tomate
Macarronese
Folhas Nobres
Beterraba Cozida

Salada Francesa /
Tomate
Salpicão
Folhas Nobres
Vinagrete

Salada Waldorf
Maionese Tradicional
Folhas Nobres
Milho verde

Salada Grega c/ farfale/
Tomate
Maionese com atum
Folhas Nobres
Couve flor

26/01 a 30/01



**PRATO
PRINCIPAL**

Arroz / Feijão
Costelinha assada c/
barbecue
Batata doce palito
Macarrão oo sugo
Peito de Frango na
Chapa c/ mel e gengibre
Farofa mineira

Arroz / Feijão Preto
Frango xadrex
Rolinho primavera
Macarrão Yakisoba
Carne c/ brolois chinês
Chuchu c/ Bacon

Arroz / Feijão
Fraldinha na pressão
Arroz de carreteiro
Vagem c/ ovos inteiros
Bolinho de arroz c/
legumes
Batata Frita

Arroz / Feijão Preto
Bife de Boi na Chapa
Milho na manteiga
Macarrão ao Alho e Óleo
Espetinho de Frango na
Chapa
Torta vegetariana

Arroz / Feijão
Costelão assado na
pressão
Couve Refogada
Macarrão ao alho e óleo
Flé de Peixe
Purê de Batatas