

DATA	MARMITA	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTO 1	ACOMPANHAMENTO 2	GUARNIÇÃO 1	GUARNIÇÃO 2	MARMITA FITNESS
17/05 Segunda-feira	1	File de frango a parmegiana	Arroz simples	-	Batata frita	-	Filé de frango grelhado (120g) + Abobrinha com cenoura(160g) + Vagem, batata, tomate, Cebola roxa (120g)
	2	Linguiça toscana acebolada	Arroz simples	Feijão carioca	Abobrinha com cenoura	-	
18/05 Terça-feira	1	Lombo suíno na pressão	Arroz simples	Feijão carioca	Quibebe de abobora	Farofa de cebola	Frango ao molho (120g) +Quibebe de abobora (120g)+Chuchu (100g)+Couve refogada com alho e cebola (60g)
	2	Frango ao molho	Arroz simples	Feijão carioca	Quibebe de abobora	-	
19/05 Quarta-feira (4ª Regional)	1	Lagarto ao molho ferrugem	Arroz simples	Feijão carioca	Seleta de legumes	Farofa de cebola	Lagarto ao molho ferrugem (120G) Seleta de legumes(160g) + Brócolis cozido + Maxixe refogado(120g)
	2	Arroz mineiro	-	Feijão carioca	Seleta de legumes		
20/05 Quinta-feira	1	Cupim assado ao molho	Arroz simples	Feijão carioca	Creme de milho	Batata frita	File de frango ao molho (120g) Chuchu refogado (120g) + Mandioca e cenoura coz (160g)
	2	File de frango ao molho branco	Arroz simples	-	-	Batata frita	
21/05 Sexta-feira	1	Feijoada	Arroz simples	-	Couve refogada/ torresmo	Farofa temperada	Isca de frango acebolada (120g) Salada tropical (couve + abobora japonesa+ Cenoura ralada+cebola+ batata+ Uva passa (280g)
	2	Isca de frango acebolada	Arroz simples	Feijão carioca	Macarrão ao sugo	-	
Saladas no pote			Sobremesas no pote diversas				
Salada 1: Alface crespa, repolho branco, cenoura ralada e tomate Salada 2: Alface crespa, rúcula, repolho roxo, tomate e cenoura ralada Salada 3: Mix de alface, pepino em cubos, tomate e cebola picada			Tabela de preços	Comerciário e dependentes	Gerontologia	Público geral	
			Marmita 01	R\$ 8,00	R\$ 9,00	R\$ 10,00	
			Marmita 02	R\$ 6,00	R\$ 7,00	R\$ 8,00	
			Salada	R\$ 3,00	R\$ 3,50	R\$ 4,00	
			Sobremesa	R\$ 4,00	R\$ 5,00	R\$ 6,00	