



DATA	SALADA CRUA	SALADA COZIDA	PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÕES	ACOMPANHAMENTOS	Marmita
22/11 Segunda-feira	-Salada tropical - Mix de repolho -Tomate em rodela -Cenoura ralada c/ passas e cebola roxa	-Vagem c/ tomate cereja -Grão de bico ao vinagrete	-Carne assada ao molho de cebolas -Fricassê de frango -Isca de pernil acebolado	-Batata frita -Macarrão ao molho c/ manjerição Ovos cozidos -Farofa c/ passas	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Carne assada ao molho de cebolas Arroz branco Feijão carioca Macarrão ao molho de manjerição Abóbora
23/11 Terça-feira	-Salada tropical -Agrião com abacaxi -Tomate meia lua Vinagrete	-Brócolis c/ rabanete e milho -Beterraba c/ salsa	-Estrogonofe de carne - Frango assado ao molho de ervas - Linguíça toscana acebolada	-Macarrão com ervas -Seleta de legumes -Suflê de abobrinha -Farofa temperada	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Estrogonofe de carne Arroz branco Seleta de legumes
24/11 Quarta-feira	-Salada tropical -Mix de alface -Tomate rodela -Chicória c/ uva rubi	-Couve-flor c/ tomate cereja -Cenoura c/ ervilha	- Costela c/ mandioca -Filé de frango a parmegiana -Bisteca suína acebolada	-Batata doce assada -Omelete ao forno -Macarrão ao alho e óleo -Farofa de cebola	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Bisteca suína Arroz branco Feijão carioca Farofa de cebola Batata doce
25/11 Quinta-feira	Salada tropical Mix de folhas -Tomate em cubos -Repolho roxo c/ manga	-Antepasto de berinjela -Brócolis c/ azeitonas	-Lagarto ao molho madeira -Filé de frango ao molho mostarda -Peixe assado c/ legumes	-Mandioca cozida c/ ch. verde -Macarrão ao sugo -Suflê de queijo -Farofa de cenoura	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Lagarto ao molho madeira Arroz branco Feijão carioca Macarrão Chuchu
26/11 Sexta-feira	-Salada tropical -tomate em rodela -Vinagrete	-Jiló Couve-flor c/ cenoura -Batata doce c/ ch. verde	-Feijoada completa -Coxa e sobrecoxa assada c/ alecrim -Carne de sol	-Couve refogada/ Torresmo -Farofa temperada -Cenoura c/ milho Ovos fritos	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	Coxa e sobrecoxa assada Arroz branco Feijão carioca Cenoura c/ milho Farofa
27/11 Sábado	OPÇÃO 1		Frango assado	Creme de milho	Frango assado	Creme de milho
	OPÇÃO 2		Lagarto ao molho madeira	Creme de milho	Lagarto ao molho madeira	Creme de milho

Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio

