



DATA	SALADA CRUA	SALADA COZIDA	PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÕES	ACOMPANHAMENTOS	MARMITA DO DIA
Segunda-feira (10/01)	- Alface crespas - Rúcula c/ tomate cereja -tomate em rodelas	- Cenoura c/ beterraba cozida - Salada de feijão branco ao vinagrete - Brócolis c/ milho	- File de frango ao molho de limão - Picadinho ao molho madeira - Bisteca assada ao molho de manjeriço	- Macarrão alho e óleo - Farofa c/ calabresa - Chuchu refogado - Berinjela a parmegiana	- Arroz branco - Arroz integral - Feijão carioca	- Picadinho ao molho - Arroz branco - Feijão carioca - Chuchu refogado - Macarrão alho e óleo
Terça-feira (11/01)	- Alface americana - agrião com abacaxi - tomate em cubos	- Camponata de berinjela - Batata baroa c/ ervas - maionese de legumes	- Cozido à moda (músculo) c/ batata, cenoura - Frango xadrez - Pernil Assado ao molho barbecue	- Macarrão ao sugo c/ milho - Farofa - Batata sauté - Seleta de legumes	-Arroz branco -Arroz integral -Feijão carioca	- Frango xadrez - Arroz branco - Feijão carioca - Macarrão ao sugo - Seleta de legumes
Quarta-feira (12/01)	Mix de alface - Salada almanaque: rúcula, tomate e queijo - Tomate em rodelas	- Salpicão de frango Batata doce c/ ervas - Cenoura cozida c/ ervilha	- Lombo suíno ao molho próprio - Rabada c/agrião - Isca de frango acebolada	- Macarrão ao molho de ervas - Farofa c/ bacon - Seleta de legumes - Polenta	-Arroz branco -Arroz integral -Feijão carioca	- Rabada - Arroz branco - Feijão Carioca - Seleta de legumes - Polenta
Quinta-feira (13/01)	- Alface c/ abacaxi - Acelga c/ pimentão - Tomate em meia lua	- Beterraba cozida c/ cebola - Lentilha ao vinagrete - Abóbora ralada c/ passas	-Coxa sobrecoxa ao molho agridoce - Linguíça toscana acebolada - Bife de panela - Lasanha de queijo e presunto	- Macarrão ao molho de ervas - Creme de milho - Batata de forno assada com orégano	- Arroz branco - Arroz integral - Feijão carioca	- Coxa e Sobrecoxa - Arroz branco - Feijão Carioca - Batata de forno - Creme de milho
Sexta-feira (14/01)	- Salada tropical -Salada Brasília -Tomate em meia lua	- Grão de bico ao vinagrete - Salada especial (brócolis, champignon, tomate cereja, cenoura)	- Feijoada completa - Carne de sol acebolada -File de frango grelhado	Couve refogada Macarrão ao sugo c/ queijo Farofa cebola Torresmo	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca	- Filé de frango - Arroz branco - Feijão carioca - Macarrão - farofa
Sábado (15/01)	OPÇÃO 1		Bisteca suína ao molho de laranja	Abóbora Assada Farofa c/ bacon	Arroz branco Feijão carioca	Sobremesa do dia
	OPÇÃO 2		Cozido à goulash	Abóbora de abóbora farofa c/ bacon	Arroz branco Feijão carioca	Sobremesa do dia

Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio