

DATA	SALADA CRUA	SALADA COZIDA	PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÕES	ACOMPANHAMENTOS	MARMITA DO DIA	MARMITA KIDS
06/06 - Seg Sobremesas Pamonha, curau de milho, cocada branca e escura, pé de moleque, Pudim de tapioca	Salada de folhas c/ abacaxi Salada primavera (alface crespas, alface roxa, pupunha, manga e azeite) Salada de espinafre (espinafre, cebola roxa, limão e azeite)	Salada de milho cozida (cenoura, beterraba, couve, alface) e Maionese Entrada no rechaud: Caldo de Frango com milho	Filé de frango empanado Espetinho de contra filé com pimentões coloridos Bisteca Suína ao Molho Barbecue	Batata doce assada Legumes salteados Farofa de Banana Ovos fritos	Arroz Branco Arroz Integral Baião de dois com queijo Feijão Carioca	Baião de dois Legumes salteados Bisteca suína grelhada	Filé de frango empanado Arroz Branco Feijão Carioca Legumes salteados
07/06- Terça Sobremesas Pamonha, Curau de milho, cocada branca e escura, pé de moleque, Bolo de mandioca com coco e Pudim de tapioca	Mix de folhas tomate em cubos Mix de repolho Salada Chilena (tomate, cebola, molho agridoce)	Grão de bico com tomate Brócolis ao vinagrete Maionese de legumes com frutas Entrada no rechaud: Caldo Vaca atolada	Espetinho de frango com cebola roxa ao molho agridoce Carne louca desfiada com pães sírios ao lado Filé de peixe empanado com molho tártaro	Milho assado Chuchu tropeiro Escondidinho de carne Omelete de legumes	Arroz Branco Arroz Integral Arroz Mineiro Feijão tropeiro Feijão carioca	Arroz mineiro Carne louca desfiada Milho Cozido Chuchu tropeiro	Carne louca desfiada com pães sírios Acebolada Arroz branco Feijão Carioca Milho Cozido
08/06- Quarta Sobremesas Pamonha, Curau de milho, cocada branca e escura, pé de moleque, Bolo de mandioca com coco e Pudim de tapioca	Vinagrete Mix de repolho com cenoura e uva passa Maionese Tomate em pétalas	Salpicão de frango Salada de grão de bico (grão de bico, cenoura, batata, ervilha e cebola) Caldo: Caldo verde	Fricassê de frango Lagarto Recheado ao molho caipira Fígado Acebolado	Seleta de legumes Purê de banana da terra Lasanha de berinjela Ovo cozido	Arroz Branco Arroz Integral Galinhada Feijão Carioca Tutu de Feijão	Galinhada Tutu de feijão Chuchu com passas	Fricassê de Frango Arroz branco Seleta de legumes
09/06- Quinta Sobremesas Pamonha, Curau de milho, cocada branca e escura, pé de moleque, Bolo de mandioca com coco e Pudim de tapioca	Mix de folhas verdes com frutas e gergelim Alface americana com vinagrete Pepino Tomate	Salada de couve-flor com legumes cozidos (beterraba, cenoura, batata inglesa) Maionese com Beterraba Caldo de abóbora com carne seca	Empadão de frango Moqueca de peixe Carne de sol	Abóbora refogada Macarrão ao Molho branco Cenoura com abobrinha e pimentões Escondidinho de lombo suíno agridoce	Arroz Branco Arroz Integral Arroz carreteiro Feijão Carioca	Arroz carreteiro Feijão Carioca Abóbora refogada	Carne de sol Arroz branco Feijão Carioca Abóbora refogada Macarrão ao Molho Branco
10/06- Sexta Sobremesas Pamonha, Curau de milho, cocada branca e escura, pé de moleque, Bolo de mandioca com coco e Pudim de tapioca	Salada colorida (tomate picados, repolho roxo, cenoura, alface, pepino, limão, azeite e sal) Agrião com laranja Repolho colorido com cenoura, presunto e batata palha	Maionese Vagem com cheiro verde Caldo: Caldo de feijão	Frango Assado com molho de maracujá Lagarto ao Molho Próprio Feijoada	Couve/Torresmo Farofa Temperada Chuchu com pimentões Omelete de tomate com rúcula	Arroz Branco Arroz Integral Arroz Biro biro Feijão Carioca	Arroz biro biro Frango assado ao molho de maracujá Feijão Carioca Chuchu com pimentões Farofa temperada	Frango assado ao molho de maracujá Arroz Branco Feijão Carioca Chuchu com pimentões

11/06-Sábado Sobremesas Pamonha, Curau de milho, cocada branca e escura, pé de moleque, Bolo de mandioca com coco e Pudim de tapioca	Salada Chilena (tomate, cebola, molho agridoce) Alface Pepino com manga	Salada de beterraba cozida Salada de milho cozida Vagem com cheiro verde Caldo: Frango com milho	Bobó de frango Lagarto recheado com cenoura Lombo Suíno Assado	Quibebe de mandioca Macarrão ao alho e óleo Legumes salteados Farofa temperada Ovo cozido	Arroz Branco Arroz integral Feijão carioca Galinhada	*	*
12/06 Domingo Sobremesas Pamonha, Curau de milho, cocada branca e escura, pé de moleque, Bolo de mandioca com coco e Pudim de tapioca	Salada roxa refrescante (repolho roxo, cenoura, manga, salsinha, limão, azeite, sal e pimenta do reino)	Salada de frango (cenoura, beterraba, repolho roxo) Grão de bico com tomate	Filé de frango Grelhado Carne de sol Feijoada	Couve/Torresmo Farofa Temperada Batata Bolinha Mandioca frita	Arroz Carreiroiro Arroz Integral Feijão tropeiro Feijão carioca	*	*
Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio- <ul style="list-style-type: none"> • Não comercializamos marmitas nos finais de semana e feriados 							