

DATA	MOLHO	SALADA CRUA	SALADA COZIDA	PRATO PRINCIPAL	ACOMPANHAMENTO	GUARNIÇÃO	OPÇÃO VEGETARIANA	MASSA	SOBREMESA	MARMITA
01/10/2025 Quarta-feira	Molho de alho Vinagrete	Salada tropical Tomate picado Salada de espinafre c/ tomate seco Mix de repolho	Maionese de batata, cebola e ovos Inchame temperado Chuchu refogado Cenoura cozida	Bife de coxão mole à Parmegiana Frango assado ao Molho de Manjerição Filé de peixe assado c/ legumes sauté	Arroz branco Arroz integral Arroz de forno Feijão carioca	Legumes ao vapor Pirão de peixe Farofa crocante Purê de batata	Ovos cozidos	Lasanha de frango	Frutas laminadas Pudim Pavê de ameixa Mousse de maracujá	Frango assado ao Molho de Manjerição Arroz branco Feijão carioca Purê de batata Farofa crocante
02/10/2025 Quinta-feira	Molho Rosé Vinagrete	Salada tropical Tomate em rodela Cenoura, acelga e milho Pepino em rodela	Salpicão Brócolis japoneses ao azeite Quiabo c/ tomate Salada de grão de bico	Estrogonofe de carne (Coxão mole) Filé de frango grelhado Costelinha suína ao molho barbecue	Arroz branco Arroz integral Arroz c/ abóbora e carne seca Feijão carioca	Seleta de legumes c/ quiabo Couve- flor gratinada Empadão de frango Batata palha	Ovos mexidos	Macarrão talharim Molho sugo Molho branco Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Banoffee Torta de morango	Estrogonofe de carne Arroz branco Feijão carioca Seleta de legumes Batata palha
03/10/2025 Sexta	Mostarda e mel Vinagrete	Salada tropical Tomate em pétalas Salada Caesar Broto de feijão c/ cenoura ralada	Torta de frango de atum Antepasto de berinjela Abobrinha c/ tomate e cebola Couve-flor c/ cebolinha	Feijoada de merluza à Doré Carne de sol acebolada	Arroz branco Arroz integral Arroz a fantasia Feijão carioca	Couve refogada Torresmo Legumes cozidos ao vapor c/ ervas Mandioca cozida Farofa de bacon	Omelete	Macarrão penne Molho sugo Molho rosê Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Sorvete de amendoim Bolo de chocolate	Carne de sol acebolada Arroz branco Feijão carioca Mandioca cozida Farofa de bacon
04/10/2025 Sábado	Molho italiano Vinagrete	Salada tropical Tomate em pétalas Rúcula, alface e milho Pepino c/ manga	Maionese Batata doce cozida c/ cenoura e rabanete Jiló ao forno Brócolis C/ batata barôa	Costelinha suína grlhada Estrogonofe de frango Bife de coxão mole acebolado	Arroz branco Arroz integral Arroz à grega Feijão carioca	Purê de abóbora Seleta de legumes Farofa de milho Batata palha	Ovos fritos	Macarrão espaguete Molho sugo Molho branco Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Bolo de abacaxi Mousse de maracujá c/ chocolate	Estrogonofe de frango Arroz branco Batata palha

05/10/2025 Domingo	Ervas finas Vinagrete	Salada tropical Tomate em rodela c/ salsinha Rúcula, alface e milho Agrião, laranja e cebola roxa	Salada de feijão fradinho Chips de banana da terra Beterraba cozida Ovos cozidos	Lombo recheado c/ Calabresa Filé de frango à Parmegiana Lagarto ao molho madeira	Arroz branco Arroz integral Arroz c/ brócolis Feijão carioca	Batata frita/assada Suflê de couve-flor Farofa agriçoce Legumes ao forno	Silveirinha de soja	Lasanha à bolonhesa	Frutas laminadas Pudim Delícia de banana Brigadeiro Romeu e Julieta	Lagarto ao Molho Madeira Arroz branco Feijão carioca Legumes ao forno Farofa agriçoce
06/10/2025 Segunda-feira	Mostarda e mel Vinagrete	Salada tropical Salada a primavera Tomate em rodela Rúcula com manga	Salada de legumes com brócolis Maionese de beterraba Salada de grão de bico com cenoura Salada Húngara	Filé de frango grelhado Contrafilé acebolado Pernil ao molho agriçoce	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz com brócolis	Batata assada c/ talos Purê de abóbora Seleta de legumes Farofa de banana	Ovos fritos	Macarrão penne Molho sugo Molho branco Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Bolo de nozes Manjar de coco com calda de ameixa Delícia de abacaxi	Pernil ao molho Agriçoce Arroz branco Feijão Carioca Seleta de legumes Farofa de banana
07/10/2025 Terça-feira	Molho de hortelã Vinagrete	Salada tropical Tomate em pétalas Tabule Alfaca americana c/ tomate	Salada de couve-flor com azeitonas e milho Beterraba cozida com alho frito Cenoura com vagem Jiló refogado a lua	Filé de Sobrecoxa grelhado Lagarto ao Molho Madeira Linguíça assada	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz c/ linguiça	Legumes a Julienne Purê de batata Torta de frango Feijão tropeiro	Lasanha de Berinjela	Macarrão parafuso Molho sugo Molho branco Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Romeu e Julieta Gelatina Cremosa Bolo de morango Mousse de limão	Filé de Sobrecoxa grelhado Arroz branco Feijão Carioca Legumes a Julienne Macarrão ao sugo
08/10/2025 Quarta-feira	Molho de alho Vinagrete	Salada mista com frutas Tomate picado Agrião, espinafre e alface roxa c/ abacaxi Mix de repolho	Maionese de batata, cebola e ovos Inhamo temperado Chuchu refogado Salada de brócolis, cenoura e salsa	Filé de frango grelhado com cebolas agriçoce Costela bovina com agrião Filé de peixe empanado	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz mineiro	Batata doce rústica com alecrim Legumes ao vapor Quibebe de mandioca Farofa de ovos	Omelete	Lasanha à bolonhesa	Frutas laminadas Pudim Mousse de limão c/ chocolate Pavê de Pêssego Mosaico de gelatina	Costela bovina c/ agrião Arroz branco Feijão carioca Quibebe de mandioca Legumes ao vapor
09/10/2025 Quinta-feira	Molho de limão Vinagrete	Salada tropical Tomate em rodela Cenoura, acelga e milho Mix de Repolho c/ palmito	Salpicão Couve-Flor com Milho Quiabo com tomate Beterraba cozida	Frango Xadrez Bife de coxão mole à Parmegiana Lombo ao molho de laranja	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz chinês	Seleta de legumes Banana empanada Farofa de cuscuz c/ calabresa	Ovos cozidos	Macarrão Espaguete Molho sugo Molho branco Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Bolo de chocolate c/ morango Delícia de Abacaxi Mousse de maracujá	Lombo ao molho de laranja Arroz branco Seleta de legumes Feijão carioca Banana empanada

10/10/2025 Sexta-feira	Ervas finas Vinagrete	Salada tropical Tomate em pétalas Salada de repolho e tomate seco Broto de feijão c/ cenoura ralada	Legumes ao forno Maionese Lentilha com abobrinha, tomate e cebolas Abóbora com salsa	Feijoada Lagarto recheado Isclas de frango à portuguesa	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz com costela desfiada	Couve refogada Torresmo Creme de milho Farofa de bacon Legumes cozidos no vapor com ervas	Ovos fritos	Macarrão talharim Molho sugo Molho rosê Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Bolo na travessa de goiabada Cocada	Lagarto recheado Arroz branco Feijão Carioca Legumes cozidos Creme de milho
11/10/2025 Sábado	Molho italiano Vinagrete	Salada tropical Tomate picado Alfaca com laranja Salada de repolho americano	Ovos cozidos Beterraba cozida com cheiro verde Cenoura, tomate e cebolas Couve-flor e brócolis	Sobrecoxa assada Estrogonofe de carne (coxão mole) Lombo suíno ao Molho inglês	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz à grega	Purê de batata Seleta de legumes Farofa mista Batata palha Bolinho de arroz frito com legumes	Ovos cozidos	Macarrão espaguete Molho sugo Molho rosê Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Delícia de uva Brigadeiro	Estrogonofe de carne Arroz branco Batata palha
12/10/2025 Domingo Dia das crianças	Molho rosê Vinagrete	Salada tropical Tomate em rodela Agrião, laranja e cebola roxa Chicória com maçã	Inhame c/ cebolinha Cenoura c/ vagem Chuchu c/ milho Quiabo ao vinagrete	Isca de frango empanada Lagarto ao Molho Próprio Linguiça mista assada	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz biro biro	Batata frita/ assada Quibebe de abóbora Feijão tropeiro Legumes ao forno	Omelete	Lasanha de frango	Frutas laminadas Pudim Bolo c/ recheio de maracujá Delícia de Banana	Isca de frango empanada Arroz branco Feijão Carioca Legumes ao forno Macarrão ao molho
13/10/2025 Segunda -feira	Mostarda e mel Vinagrete	Salada tropical Tomate em rodela Acelga c/ manga, morango e passas Agrião c/ abacaxi	Batata baroa c/ brócolis Maionese Abóbora c/ salsinh	Filé de Panga empanado ao panko Isca de carne acebolada Fricassê de frango	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz com cenoura	Batata rústica Sufê de milho Selela de legumes Farofa de cebola	Omelete de forno	Macarrão penne Molho sugo Molho branco Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Delícia de morango Néctar dos deuses	Fricassê de frango Arroz branco Selela de legumes
14/10/2025 Terça-feira	Molho Rosê Vinagrete	Salada tropical Tomate em pétalas Repolho branco c/ uva passas Alfaca americana	Jiló refogado Couve-flor c/ milho Beterraba cozida Cenoura c/ vagem	Lagarto recheado ao Molho Madeira Pernil acebolado Filé de frango ao molho de ervas	Arroz branco Arroz integral Arroz c/ lentilha Feijão carioca	Legumes à Julienne Creme de milho Farofa de bacon Gratin de chuchu	Almôndega de soja ao sugo	Ravioli de frango Molho sugo Molho branco Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Pavê de pêssego Mosaico de gelatina	Pernil acebolado Arroz branco Feijão carioca Creme de milho Legumes a Julienne

15/10/2025 Quarta-feira	Molho italiano Vinagrete	Salada tropical Tomate picado Salada de espinafre c/ tomate seco Mix de repolho	Maionese de batata, cebola e ovos Inchame temperado Chuchu refogado Cenoura cozida	Moqueca de peixe Bife à Parmegiana (coxão mole) Frango assado ao Molho de Manjerição	Arroz branco Arroz integral Arroz de forno Feijão carioca	Legumes ao vapor Pirão de peixe Farofa crocante Purê de batata	Ovos cozidos	Lasanha de frango	Frutas laminadas Pudim Delícia de abacaxi Pavê de ameixa	Frango assado ao Molho de Manjerição Arroz branco Feijão carioca Purê de batata Farofa crocante
16/10/2025 Quinta-feira	Molho de limão Vinagrete	Salada tropical Tomate em rodela Cenoura, acelga e milho Pepino em rodela	Salpicão Brócolis japonês ao azeite Quiabo c/ tomate seco Salada de grão de bico	Carne de Panela ao Molho Ferrugem (coxão duro) Sobrecoxa ao Molho Calpira Bisteca suína grelhada	Arroz branco Arroz integral Arroz c/ abóbora e carne seca Feijão carioca	Seleta de legumes c/ quiabo Chuchu tropeiro Batata assada c/ ervas Torta de frango	Silveirinha de soja	Macarrão talharim Molho sugo Molho branco Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Sorvete de amendoim na travessa Torta de limão	Carne de panela Arroz branco Feijão carioca Batata assada c/ ervas Chuchu tropeiro
17/10/2025 Sexta-feira	Mostarda e mel Vinagrete	Salada tropical Tomate em pétalas Salada Caesar Broto de feijão c/ cenoura ralada	Torta de fria de atum Antepasto de berinjela Abobrinha c/ tomate e cebola Couve-flor c/ cebolinha	Feijoada Filé de merluza à Dorê Carne de sol acebolada	Arroz branco Arroz integral Arroz a fantasia Feijão carioca	Couve refogada Torresmo Legumes cozidos ao vapor c/ ervas Mandioca cozida Farofa de bacon	Omelete	Macarrão penne Molho sugo Molho rosê Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Néctar dos Deuses Bolo de chocolate	Carne de sol acebolada Arroz branco Feijão carioca Mandioca cozida Farofa de bacon
18/10/2025 Domingo	Molho italiano Molho de alho Vinagrete	Salada tropical Tomate em pétalas Rúcula, alface e milho Pepino c/ manga	Maionese Batata doce cozida c/ cenoura e rabanete Jiló ao forno Chuchu c/ brócolis e tomate seco	Costelinha suína ao Molho Barbecue Estrogonofe de frango Bife de coxão mole acebolado	Arroz branco Arroz integral Arroz à grega Feijão carioca	Purê de abóbora Seleta de legumes Farofa de milho Batata palha	Ovos fritos	Macarrão espaguete Molho sugo Molho branco Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Torta de morango Delícia de banana	Estrogonofe de frango Arroz branco Batata palha
19/10/2025 Domingo	Mostarda e mel Ervas finas Vinagrete	Salada tropical Tomate em rodela c/ salsinha Rúcula, alface e milho Agrião, laranja e cebola roxa	Salada de feijão fradinho Chips de banana da terra Beterraba cozida Ovos cozidos	Lombo recheado c/ Calabresa Filé de frango à Parmegiana Lagarto ao Molho Próprio	Arroz branco Arroz integral Arroz c/ brócolis Feijão carioca	Batata frita/assada Sufilé de couve-flor Farofa agriçoce Legumes ao forno	Quibe de forno vegano	Lasanha à bolonhesa	Frutas laminadas Pudim Manjar de coco Bolo prestígio	Lagarto ao Molho Próprio Arroz branco Feijão carioca Legumes ao forno Farofa agriçoce

20/10/2025 Segunda-feira	Molho Balsâmico Vinagrete	Salada tropical Salada a primavera Tomate em rodela Rúcula com manga	Salada de legumes com brócolis Maionese de betrerraba Salada de grão de bico com cenoura Salada Húngara	Filé de frango grelhado Picadinho de carne Churrasco misto de linguiça	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz com brócolis	Batata assada c/ talos Purê de abóbora Seleta de legumes Farofa de banana	Ovos fritos	Macarrão penne Molho sugo branco Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Pavê de bombom Mousse de limão	Picadinho de carne Arroz branco Feijão Carioca Seleta de legumes Farofa de banana
21/10/2025 Terça-feira	Molho de hortelã Vinagrete	Salada tropical Tomate em pétalas Tabule Alface americana c/ tomate	Salada de couve- flor com azeitonas e milho Beterraba cozida com alho frito Cenoura com vagem Abobrinha c/ milho	Costelinha suína ao Molho de Barbecue Filé de Sobrecoxa grelhado Lagarto ao Molho Madeira	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz c/ linguiça	Legumes a Julienne Purê de batata Farofa de bacon com cenoura Feijão tropeiro	Ovos cozidos	Macarrão parafuso Molho sugo Molho branco Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Cupcake de chocolate Mousse de maracujá	Filé de Sobrecoxa grelhado Arroz branco Feijão Carioca Legumes a Julienne Macarrão ao sugo
22/10/2025 Quarta-feira	Molho de alho Vinagrete	Salada mista com frutas Tomate picado Agião, espinafre e alface roxa c/ abacaxi Mix de repolho	Maionese de batata, cebola e ovos Inhame temperado Chuchu refogado Salada de brócolis, cenoura e salsa	Filé de frango grelhado com cebolas agri-doce Costela bovina com agrião Peixe a escabeche	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz mineiro	Batata doce rústica com alecrim Legumes ao vapor Quibebe de mandioca Farofa de ovos	Omelete	Lasanha à bolonhesa	Frutas laminadas Pudim Bolo c/ recheio de doce de leite Mosaico de gelatina	Costela bovina c/ agrião Arroz branco Feijão carioca Quibebe de mandioca Legumes ao vapor
23/10/2025 Quinta-feira	Molho de limão Vinagrete	Salada tropical Tomate em rodela Cenoura, acelga e milho Beterraba ralada com salsa	Salpicão Jiló refogado a lua Quiabo com tomate Beterraba cozida com laranja	Filé de tilápia grelhado Frango Xadrez Bife de coxão mole à Parmegiana	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz chinês	Seleta de legumes Chuchu gratinado com ovos Farofa de farinha de milho com ovos, salsa e calabresa	Bolinho de mandioca c/ proteína de soja	Ravioli de carne Molho sugo branco Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Cocada Bolo de chocolate	Frango Xadrez Arroz branco Seleta de legumes Feijão carioca Chuchu gratinado
24/10/2025 Sexta	Mostarda e mel Vinagrete	Salada tropical Tomate em pétalas Salada de repolho e tomate seco Broto de feijão c/ cenoura ralada	Legumes ao forno Maionese Lentilha com abobrinha, tomate e cebolas Abóbora com salsa	Feijoada Lagarto recheado Cação em posta à Portuguesa	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz com costela desfiada	Couve refogada Torresmo Banana frita Farofa de bacon Legumes cozidos no vapor com ervas	Ovos cozidos	Macarrão talharim Molho sugo Molho rosê Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Brigadeiro Manjar de coco	Lagarto recheado Arroz branco Feijão Carioca Legumes cozidos Banana frita

25/10/2025 Sábado	Molho italiano Vinagrete	Salada tropical Tomate picado Alfaca com laranja Salada de repolho americano	Ovos cozidos Beterraba cozida com cheiro verde Acelga refogada com cenoura, tomate e cebolas Couve-flor e brócolis	Sobrecoxa grelhada Estragonofe de carne (coxão mole) Lombo suíno ao Molho de Laranja	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz à grega	Purê de batata/ misto Seleta de legumes Farofa mista Batata palha Bolinho de arroz frito com legumes	Ovos mexidos	Macarrão espaguete Molho sugo Molho rosê Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Bolo de abacaxi Mousse de morango	Estragonofe de carne Arroz branco Batata palha
26/10/2025 Domingo	Mostarda e mel Ervas finas Vinagrete	Salada tropical Tomate em rodela Agrião, laranja e cebola roxa Chicória com maçã	Inhame c/ cebolinha Cenoura c/ vagem Chuchu c/ milho Quiabo ao vinagrete	Isca de frango empanada Lagarto ao Molho Próprio Linguíça mista assada	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz biro biro	Batata frita/ assada Creme de milho Feijão tropeiro Legumes ao forno	Omelete	Lasanha de frango	Frutas laminadas Pudim Delícia de banana Bolo de nozes	Isca de frango empanada Arroz branco Feijão Carioca Legumes ao forno Macarrão ao molho
27/10/2025 Segunda-feira	Ervas finas Vinagrete	Salada tropical Tomate em rodela Acelga c/ manga, morango e passas Agrião c/ abacaxi	Batata baroa c/ brócolis Maionese Abóbora c/ salsinha	Isca de carne acebolada Bisteca grelhada ao Shoyo c/ Alecrim Fricassê de frango	Arroz branco Arroz integral Feijão carioca Arroz com cenoura	Batata rústica Purê de abóbora Seleta de legumes Farofa de cebola	Omelete de forno	Macarrão penne Molho sugo Molho branco Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Mousse de limão Pavê de pêssego	Fricassê de frango Arroz branco Seleta de legumes
28/10/2025 Terça-feira	Molho Rosê Vinagrete	Salada tropical Tomate em pétalas Repolho branco c/ uva passa Alface americana	Jiló refogado Couve-flor c/ milho Beterraba cozida Cenoura c/ vagem	Filé de merluza empanado ao panko Lagarto recheado assado ao Molho Madeira Pernil acebolado	Arroz branco Arroz integral Arroz c/ lentilha Feijão carioca	Legumes à Julienne Creme de milho Farofa de bacon Gratin de chuchu	Almôndega de soja ao sugo	Ravioli de frango Molho sugo Molho branco Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Mousse de maracujá Cupcake	Pernil acebolado Arroz branco Feijão carioca Creme de milho Legumes a Julienne
29/10/2025 Quarta-feira	Molho italiano Vinagrete	Salada tropical Tomate picado Salada de espinafre c/ tomate seco Mix de repolho	Maionese de batata, cebola e ovos Inhame temperado Chuchu refogado Cenoura cozida	Moqueca de cação em posta à Baiana Bife à Parmegiana (coxão mole) Frango assado ao Molho de Manjerição	Arroz branco Arroz integral Arroz de forno Feijão carioca	Legumes ao vapor Pirão de peixe Farofa crocante Purê de batata	Ovos cozidos	Lasanha de frango	Frutas laminadas Pudim Pavê de ameixa Néctar dos deuses	Frango assado ao Molho de Manjerição Arroz branco Feijão carioca Purê de batata Farofa crocante

30/10/2025 Quinta -feira	Molho de limão Vinagrete	Salada tropical Tomate em rodela Cenoura, acelga e milho Pepino em rodela	Salpicão Brócolis japonês ao azeite Quiabo c/ tomate seco Salada de grão de bico	Carne de Panela ao Molho Ferrugem (coxão duro) Sobrecoxa ao Molho Calpira Lombo ao molho de laranja	Arroz branco Arroz integral Arroz c/ abóbora e carne seca Feijão carioca	Seleta de legumes c/ quiabo Chuchu tropeiro Batata assada c/ ervas Torta de frango	Silveirinha de soja	Macarrão talharim Molho sugo Molho branco Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Sorvete de amendoim na travessa Mousse de maracujá c/ chocolate	Lombo ao molho de laranja Arroz branco Feijão carioca Batata assada c/ ervas Chuchu tropeiro
31/10/2025 Sexta-feira	Mostarda e mel Vinagrete	Salada tropical Tomate em pétalas Caesar Broto de feijão c/ cenoura ralada	Torta de fria de atum Antepasto de berinjela Abobrinha c/ tomate e cebola Couve-flor c/ cebolinha	Feijoada Filé de merluza à Dorê Carne de sol acebolada	Arroz branco Arroz integral Arroz a fantasia Feijão carioca	Couve refogada Torresmo Legumes cozidos ao vapor c/ ervas Mandioca cozida Farofa de bacon	Omelete	Macarrão penne Molho sugo Molho rosê Queijo parmesão	Frutas laminadas Pudim Bolo de chocolate Mousse de limão	Carne de sol acebolada Arroz branco Feijão carioca Mandioca cozida Farofa de bacon
(*) Datas festivas/pratos gastronômicos Cardápio sujeito à alteração devido à sazonalidade dos produtos e a disponibilidade de entrega dos fornecedores										
Assinatura:				Assinatura:				Assinatura:		
				FERNANDA DIONÍSIO 6597 GERENTE DE ÁREA				LUANA PORTO DA SILVA - 5382 ANALISTA DE SAÚDE - NUTRICIONISTA		