

Legenda:

* Contém glúten
 # Contém lactose

| SEMANA 1 | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | SÁBADO |
|-------------------|---------|-------|--------|--------|-----------------|-----------------|
| DIA DO MÊS | | | | | 01/02/19 | 02/02/19 |
| Arroz | | | | | --- | --- |
| Feijão | | | | | --- | --- |
| Prato principal | | | | | --- | --- |
| Guarnição | | | | | --- | --- |
| Salada 1 | | | | | --- | --- |
| Salada 2 | | | | | --- | --- |
| Salada 3 | | | | | --- | --- |
| Salada 4 | | | | | --- | --- |
| Opção vegetariana | | | | | --- | --- |
| Sobremesa | | | | | --- | --- |

Legenda:

* Contém glúten
 # Contém lactose

| SEMANA 2 | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | SÁBADO |
|--------------------------|----------------------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------------|--------------------------|-----------------|
| DIA DO MÊS | 04/02/18 | 05/02/18 | 06/02/18 | 07/02/18 | 08/02/18 | 09/02/18 |
| Arroz | Branco e Integral | Branco e Integral | Branco e Integral | Branco e Integral | Branco e Integral | --- |
| Feijão | Carioca Batido | Preto | Tropeiro | Vermelho | Carioca | --- |
| Prato principal | Frango Assado (Coxa e Sobrecoxa) | Lagarto ao Molho | Cubos Suíno Acebolado | Bife de Boi Acebolado | Frango Grelhado ao Molho | --- |
| Guarnição | Angu ao Molho | Couve-Flor Gratinada# | Couve Refogada | Farofa de Banana | Purê de Batata # | --- |
| Salada 1 | Acelga com manga | Alface Crespa | Rúcula com manga | Alface Americana | Mix de folhas | --- |
| Salada 2 | Tomate | Tomate | Vinagrete | Salada de Feijão Branco | Repolho Roxo | --- |
| Salada 3 | Pepino | Vagem | Cenoura Ralada | Abobrinha Cozida | Abóbora | --- |
| Salada 4 | Beterraba Ralada com Milho | Berinjela | Chuchu com Orégano | Baroa | Salada Marroquina * | --- |
| Opção vegetariana | Bolinho de Chuchu * | Hambúrguer de Soja * | Ovos Pochê | Soja Xadrez | Lentilha Refogada | --- |
| Sobremesa | Doce de Leite com Coco # | Banana | Laranja | Melancia | Maçã | --- |

Legenda:

* Contém glúten
 # Contém lactose

| SEMANA 3 | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | SÁBADO |
|--------------------------|-----------------------------------|--|----------------------|---------------------------|---------------------------|-----------------|
| DIA DO MÊS | 11/02/18 | 12/02/18 | 13/02/18 | 14/02/18 | 15/02/18 | 16/02/18 |
| Arroz | Branco e Integral | Branco e Integral | Branco e Integral | Branco e Integral | Branco e Integral | |
| Feijão | Carioca | Vermelho | Tutu Simples | Preto | Carioca | |
| Prato principal | Carne Moída | Frango Assado no Fubá (Coxa e Sobrecoxa) | Bife de Boi Grelhado | Lombo ao Molho de Abacaxi | Peixe ao Molho de Muqueca | |
| Guarnição | Macarrão ao Molho de Manjericão * | Cenoura Sautê # | Virado de Vagem | Almeirão Refogado | Brócolis ao Alho e Óleo | |
| Salada 1 | Mix de Folhas | Salada Mista | Acelga com Abacaxi | Alface Americana | Alface com Rúcula e Manga | |
| Salada 2 | Tomate | Couve | Beterraba Ralada | Vinagrete | Tomate | |
| Salada 3 | Abobrinha Ralada | Abóbora | Chuchu com Milho | Batata Bolinha | Couve-flor | |
| Salada 4 | Cenoura Ralada com Maçã | Tabule | Pepinete | Repolho Roxo | Gramile | |
| Opção vegetariana | Grão de Bico Xadrez | Hambúrguer de Lentilha * | Ratatouille | Ovos Cozidos | Quibe de Soja * | |
| Sobremesa | Paçoca | Melão | Maçã | Banana | Laranja | |

Legenda:

* Contém glúten
Contém lactose

| SEMANA 4 | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | SÁBADO |
|--------------------------|---|------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------|-----------------|
| DIA DO MÊS | 18/02/18 | 19/02/18 | 20/02/18 | 21/02/18 | 22/02/18 | 23/02/18 |
| Arroz | Branco e Integral | Branco e Integral | Branco e Integral | Branco e Integral | Branco e Integral | --- |
| Feijão | Carioca | Preto | Carioca | Vermelho | Carioca | --- |
| Prato principal | Fricassé de Frango # | Linguiça Assada | Carne de Panela | Cubos Suíno Acebolado | Frango ao Molho | --- |
| Guarnição | Batata Palha | Abobrinha Napolitana # | Mandioca Ensopada | Jardineira de Legumes | Moranga com Quiabo | --- |
| Salada 1 | Acelga | Alface Crespa | Mix de folhas | Alface Americana | Rúcula com manga | --- |
| Salada 2 | Tomate | Vinagrete | Salada de Feijão Branco | Salada Colorida | Tomate | --- |
| Salada 3 | Abobrinha | Vagem | Cenoura Cozida | Chuchu | Salada Mista | --- |
| Salada 4 | Repolho Tropical | Beterraba Ralada | Pepino | Salada de Lentilha | Salada de Grão de bico | --- |
| Opção vegetariana | Estrogonofe de Grão de bico (Sem Lactose) | Bolinho de Berinjela * | Bife de Milho | Ovos Mexidos | Suflê de Legumes | --- |
| Sobremesa | Doce de banana | Melancia | Mamão | Laranja | Maçã | --- |

Legenda:

* Contém glúten
 # Contém lactose

| SEMANA 5 | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | SÁBADO |
|--------------------------|---------------------------------------|----------------------|-------------------------|------------------------------|--------------|---------------|
| DIA DO MÊS | 25/02/18 | 26/02/18 | 27/02/18 | 28/02/18 | | |
| Arroz | Branco e Integral | Branco e Integral | Branco e Integral | Branco e Integral | | |
| Feijão | Carioca | Preto | Carioca | Vermelho | | |
| Prato principal | Filé de Frango ao Molho de Parmegiana | Lombo ao Molho | Peixe Assado no Fubá | Bife de Boi Grelhado | | |
| Guarnição | Virado de Cenoura | Canjiquinha | Purê de Batata Doce # | Berinjela Gratinada # | | |
| Salada 1 | Acelga | Alface Americana | Mix de folhas | Alface Crespa | | |
| Salada 2 | Tomate | Vinagrete | Salada de Feijão Branco | Salada de Soja Especial | | |
| Salada 3 | Repolho Roxo | Baroa | Beterraba Cozida | Vagem | | |
| Salada 4 | Chuchu com Milho | Abobrinha Ralada | Pepino | Cenoura Ralada | | |
| Opção vegetariana | Almôndega de Soja ao Molho * | Omelete de Espinafre | Soja Oriental | Hambúrguer de Feijão Preto * | | |
| Sobremesa | Doce de Leite com Chocolate Cremoso # | Maçã | Laranja | Melancia | | |