

Semana 1	Data			30/jul	31/jul	01/ago
	Refeição			4ª feira	5ª feira	6ª feira
	Desjejum			Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito
	Almoço			Arroz/Feijão Preto PERNIL COM CEBOLA E PIMENTÃO Chuchu refogado	Arroz/Feijão PICADINHO DE CARNE COM ABÓBORA Salada de tomate	RISOTO DE FRANGO COM MILHO E ERVILHA Cenoura ralada
	Sobremesa			Laranja	Banana	
Semana 2	Data	04/ago	05/ago	06/ago	07/ago	08/ago
	Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
	Desjejum	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito
	Almoço	Arroz/Feijão POLENTA COM MOLHO DE MOÍDA	Arroz/Feijão ISCAS DE FRANGO CENOURA E CHUCHU Salada de alface	Arroz/Feijão Preto PERNIL COM CENOURA RALADA Salada de pepino	Arroz/Feijão Preto CUBOS COM ABÓBORA Salada de repolho	ARROZ COM FRANGO Cenoura ralada
	Sobremesa		Banana	Abacaxi	Laranja	
Semana 3	Data	11/ago	12/ago	13/ago	14/ago	15/ago
	Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
	Desjejum	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito
	Almoço	Arroz/Feijão CARNE MOÍDA À PRIMAVERA (moída, abobrinha e cenoura)	Arroz/Feijão CUSCUZ DE FRANGO Salada de alface	Arroz/Feijão Preto PERNIL COM CENOURA RALADA Salada de pepino	Arroz/Feijão CUBOS COM MANDIOCA Salada de repolho	MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO Cenoura ralada
	Sobremesa		Banana	Maçã	Laranja	
Semana 4	Data	18/ago	19/ago	20/ago	21/ago	22/ago
	Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
	Desjejum	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito
	Almoço	Arroz/Feijão ALMÔNDEGAS NO MOLHO	Arroz/Feijão FRANGO COM ABÓBORA Salada de alface	Arroz/Feijão Preto MOÍDA COM CENOURA Salada de pepino	Arroz/Feijão PICADINHO DE CARNE COM BATATA E CHUCHU Salada de repolho	ARROZ CARRETEIRO (pernil, tomate e cheiro verde) Cenoura ralada
	Sobremesa		Banana	Abacaxi	Laranja	
Semana 5	Data	25/ago	26/ago	27/ago	28/ago	29/ago
	Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
	Desjejum	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito	Bebida Láctea + Biscoito
	Almoço	Arroz STROGONOFF DE CARNE	Arroz/Feijão MOÍDA COM BATATA Salada de alface	Arroz FEIJADA COM PERNIL Salada de pepino	Arroz/Feijão FRANGO AO MOLHO DE TOMATE Salada de repolho	GALINHADA (arroz, frango, milho, cenoura e cheiro verde) Cenoura ralada
	Sobremesa		Banana	Maçã	Laranja	

*Frutas, saladas e verduras sujeito a alteração na qualidade e dias a serem servidos. ** Poderá ocorrer troca de cardápio de acordo com a disponibilidade, porém sem prejuízo ao aluno.

Adriana Daltoé Carvalho - Nutricionista SMEC - CRN 31459