

ALMOÇO

**SEGUNDA-FEIRA
17/08**

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Mandioca salsa refogada
- Chuchu refogado
- Coxa e sobrecoxa assada
- Bisteca suína grelhada
- Macarrão à bolonhesa
- Tomate
- Alface
- Brócolis
- Repolho chinês
- Rabanete
- Vinagrete
- Suco natural

**TERÇA-FEIRA
18/08**

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Abobrinha refogada
- Escondidinho de salsicha
- Capa de filé ao molho
- Bife acebolado
- Tomate
- Alface
- Beterraba cozida
- Chicória
- Pepino
- Agrião
- Vinagrete
- Suco natural

**QUARTA-FEIRA
19/08**

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Feijão preto
- Farofa
- Mix de legumes
- Brócolis e Couve flor gratinados
- Filé de frango grelhado
- Escondidinho de carne
- Tomate
- Alface
- Rúcula
- Abobrinha temperada
- Acelga
- Cenoura ralada
- Vinagrete
- Suco natural

**QUINTA-FEIRA
20/08**

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Feijão preto
- Batata palha
- Cenoura salteada
- Strogonoff de frango
- Hambúrguer à pizzaiolo
- Tomate
- Alface
- Chuchu temperado
- Couve
- Tabule
- Salada de ovos
- Vinagrete
- Suco natural

**SEXTA-FEIRA
21/08**

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Milho refogado
- Vagem refogada
- Tilápia assada
- Carne moída com batatas
- Nhoque ao molho branco
- Tomate
- Alface
- Cenoura cozida
- Agrião
- Pepino agrião
- Chicória
- Vinagrete
- Suco natural

ALMOÇO

SEGUNDA-FEIRA
17/08

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Mandioca salsa refogada
- Chuchu refogado
- Coxa e sobrecoxa assada
- Bisteca suína grelhada
- Macarrão à bolonhesa
- Tomate
- Alface
- Brócolis
- Repolho chinês
- Rabanete
- Vinagrete
- Suco natural

TERÇA-FEIRA
18/08

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Abobrinha refogada
- Escondidinho de salsicha
- Capa de filé ao molho
- Bife acebolado
- Tomate
- Alface
- Beterraba cozida
- Chicória
- Pepino
- Agrião
- Vinagrete
- Suco natural

QUARTA-FEIRA
19/08

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Feijão preto
- Mix de legumes
- Brócolis e Couve flor gratinados
- Filé de frango grelhado
- Escondidinho de carne
- Tomate
- Alface
- Rúcula
- Abobrinha temperada
- Acelga
- Cenoura ralada
- Vinagrete
- Suco natural

QUINTA-FEIRA
20/08

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Feijão preto
- Batata palha
- Cenoura salteada
- Strogonoff de frango
- Hambúrguer à pizzaiolo
- Tomate
- Alface
- Chuchu temperado
- Couve
- Tabule
- Salada de ovos
- Vinagrete
- Suco natural

SEXTA-FEIRA
21/08

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Milho refogado
- Vagem refogada
- Tilápia assada
- Carne moída com batatas
- Tomate
- Alface
- Cenoura cozida
- Agrião
- Pepino agrião
- Chicória
- Vinagrete
- Suco natural



CARDÁPIO PRATO KIDS

MÊS DE AGOSTO

1º ao 3º ano Fundamental

17/08 a 21/08

	SEGUNDA-FEIRA 17/08	TERÇA-FEIRA 18/08	QUARTA-FEIRA 19/08	QUINTA-FEIRA 20/08	SEXTA-FEIRA 21/08
ALMOÇO	• Arroz branco • Feijão • Chuchu refogado • Coxa e sobrecoxa assada • Repolho chinês • Rabanete • Suco natural • Média de 300g	• Arroz branco • Feijão • Escondidinho de salsicha • Bife acebolado • Beterraba cozida • Pepino • Suco natural • Média de 300g	• Arroz branco • Feijão • Mix de legumes • Filé de frango grelhado • Rúcula • Abobrinha temperada • Suco natural • Média de 300g	• Arroz branco • Feijão • Batata palha • Stroganoff de frango • Tabule • Salada de ovos • Suco natural • Média de 300g	• Arroz branco • Feijão • Milho refogado • Tilápia assada • Cenoura cozida • Agrião • Suco natural • Média de 300g

Obs: Não faremos alteração do prato kids