

**ALMOÇO-****Mês: Setembro**

Segunda 02.09	Terça 03.09	Quarta- 04.09	Quinta- 05.09	Sexta – 06.09
Arroz branco	Arroz branco e Macarrão parafuso ao molho vermelho	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
Feijão preto	Feijão carioquinha	Feijão preto	Feijão preto	Feijão vermelho
Filé de frango grelhado	Hamburguinho caseiro com molho de tomate	Filé de peixe à milanesa	Strogonoff de frango	Carne assada com agrião
Purê de Abóbora Salada de alface tomate e milho	Salada brócolis/ beterraba/ cenoura	Salada de couve flor, cenoura e tomate	Batata palha Salada alface com Tomate e ervilha	Legumes cozidos
Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco
Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta	Sobremesa Açai	Sobremesa Fruta
Segunda 09.09	Terça 10.09	Quarta- 11.09	Quinta- 12.09	Sexta – 13.09
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco / macarrão espaguete ao alho	Arroz branco
Feijão preto	Feijão preto	Feijão branco	Feijão preto	Feijão preto
Isca de frango com milho	Panqueca de carne moída com mussarela	Isca de fígado e isca de frango	Almôndegas de carne moída ao molho vermelho	Strogonoff de carne
Farofa de cenoura Salada verde, tomate e vagem cozida	Abóbora refogada Salada de brócolis, tomate e beterraba.	Purê de batata Salada de alface, tomate e milho.	Brócolis gratinados e salada de alface com tomate	Batata palha Espinafre refogado , salada de alface com tomate
Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco
Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta	Sobremesa Pudim de leite
Segunda 16.09	Terça- 17.09	Quarta- 18.09	Quinta- 19.09	Sexta – 20.09
Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco e Arroz colorido (cenoura e milho)	Arroz branco
Feijão preto	Feijão preto	Feijão carioquinha	Feijão preto	Feijão preto
Filé de frango a parmegiana com mussarela	Churrasquinho misto (carne e frango)	Bolo de batata gratinado e recheado com carne moída	Isca de frango	Gourjão de peixe a milanesa

Torta de legumes Salada Verde	Farofa de couve Tomate, cenoura e milho	Salada de legumes cozidos e tomate	Salada Alface e tomate	Purê de Abóbora Salada de alface, tomate e beterraba
Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco
Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta	Sobremesa Açaí	Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta

Segunda 23.09	Terça- 24.09	Quarta – 25.09	Quinta – 26.09	Sexta 27.09
----------------------	---------------------	-----------------------	-----------------------	--------------------

Arroz branco	Arroz branco e Macarrão espaguete ao alho	Arroz branco	Arroz branco com brócolis	Arroz branco
Feijão preto	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão preto
Salpicão de Frango cenoura e milho (sem maionese)	Carne moída refogada com batata e cenoura	Panqueca de frango com mussarela	Filé de peixe à milanesa	Isclas de carne refogada
Salada de alface com tomate	Couve flor e brócolis refogados Tomate e vagem cozida	Salada alface com tomate	Purê de bicolor (batata doce com cenoura) e Farofa de ovos	Batatas coradas Salada de alface com tomate
Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco	Bebida Suco
Sobremesa Açaí	Sobremesa Pudim	Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta	Sobremesa Fruta

Segunda 30.09
Arroz branco
Feijão preto
File de frango grelhado e omelete de queijo mussarela
Aipim cozido Salada de Alface, tomate e ervilha cozida
Sobremesa Fruta

- OBSERVAÇÕES GERAIS**

★ As frutas serão oferecidas, de acordo com a safra;

★ **TODOS OS DIAS**, teremos frango grelhado, como segunda opção de proteína;

★ Todos os sucos oferecidos, serão da polpa de frutas;

LANCHES - Setembro



02.09 Segunda-feira	03.09 Terça-feira	04.09 Quarta-feira	05.09 Quinta-feira	06.09 Sexta-feira
<p>MANHÃ COLAÇÃO</p> <p>- Pão francês com queijo mussarela e manteiga - FRUTAS Bebidas SUCO</p>	<p>MANHÃ COLAÇÃO</p> <p>-Sanduíche natural - FRUTAS Bebidas SUCO e Vitamina de abacate</p>	<p>MANHÃ COLAÇÃO</p> <p>-Pão de queijo; -Mix de castanhas - Torrada com creme de ricota;-FRUTAS Bebidas SUCO e iogurte natural de mel e granola</p>	<p>MANHÃ COLAÇÃO</p> <p>- Bolo caseiro - FRUTAS Bebidas SUCO e Vitamina de morango</p>	<p>MANHÃ COLAÇÃO</p> <p>- Pão de forma na chapa com mussarela; - Biscoito polvilho-FRUTAS Bebidas SUCO e água de coco</p>
<p>TARDE</p> <p>- Bisnaguinha integral com creme de ricota e queijo -FRUTAS Bebidas: SUCO</p>	<p>TARDE</p> <p>- Pão francês com ovos mexidos e mussarela -Biscoito Polvilho -FRUTAS Bebidas: SUCO e Água de coco</p>	<p>TARDE</p> <p>- Pizza de queijo com tomate -FRUTAS Bebidas: SUCO</p>	<p>TARDE</p> <p>-Esfirra de frango com creme de ricota e mussarela; -FRUTAS -Batata Lays Bebidas: SUCO</p>	<p>TARDE</p> <p>-Bolo caseiro - Pipoca salgada -FRUTAS ; Bebidas: SUCO e Vitamina de banana</p>

09.09- Segunda-feira	10.09- Terça-feira	11.09- Quarta-feira	12.09- Quinta-feira	13.09- Sexta-feira
<p>Manhã COLAÇÃO</p> <p>-Pão integral com manteiga e queijo mussarela; -Biscoito de polvilho; - FRUTAS Bebida: SUCO</p>	<p>Manhã COLAÇÃO</p> <p>-Sanduíche natural -Batata Lays - FRUTAS Bebida: SUCO e Iogurte natural com mel e granola</p>	<p>Manhã COLAÇÃO</p> <p>-Pão integral com creme de ricota e queijo mussarela ; -FRUTAS -Torrada com geléia de morango Bebida: SUCO e Vitamina de banana</p>	<p>Manhã COLAÇÃO</p> <p>- Pão de queijo -Batata Rufles original - FRUTAS Bebida: SUCO</p>	<p>Manhã COLAÇÃO</p> <p>- Bolo caseiro -FRUTAS -Pipoca Salgada Bebida: SUCO e Vitamina de morango</p>
<p>TARDE</p> <p>-Hamburguinho caseiro; - FRUTAS Bebidas: Laranjada</p>	<p>TARDE</p> <p>-Biscoito amanteigado; -Torrada com creme de ricota -FRUTAS Bebidas: Açaí e SUCO</p>	<p>TARDE</p> <p>-Esfirra de carne moída com mussarela; - Pipoca salgada -FRUTAS Bebidas: SUCO e Iogurte natural com mel e granola</p>	<p>TARDE</p> <p>- Pão francês com manteiga e queijo na chapa; - FRUTAS Bebidas:Vitamina de abacate e SUCO</p>	<p>TARDE</p> <p>-Mini pizza de mussarela com Tomate eóregano; -FRUTAS - Batata Rufles original; Bebidas: SUCO</p>
16.09- segunda-feira	17.09-terça-feira	18.09- quarta-feira	19.09- quinta-feira	20.09- sexta-feira
<p>Manhã COLAÇÃO</p>	<p>COLAÇÃO</p> <p>-Pão de queijo;</p>	<p>COLAÇÃO</p> <p>- Bolo caseiro</p>	<p>COLAÇÃO</p> <p>-Pão integral com</p>	<p>COLAÇÃO</p> <p>- Sanduíche</p>

<p>-Pão francês com queijo na chapa; -FRUTAS</p> <p>Bebida: SUCO</p>	<p>-Biscoito de polvilho; - FRUTAS</p> <p>Bebida: SUCO</p>	<p>- Torrada com creme de ricota; - FRUTAS</p> <p>Bebida: SUCO e Vitamina de Banana e maçã</p>	<p>manteiga e queijo na chapa FRUTAS</p> <p>Bebida: SUCO e iogurte natural com mel e granola</p>	<p>Natural; - FRUTAS</p> <p>Bebida: SUCO e Água de coco</p>
<p>TARDE</p> <p>-Bisnaguinha integral com mussarela e manteiga; -FRUTAS</p> <p>Bebidas: Açaí e SUCO</p>	<p>TARDE</p> <p>- Mini pizza de mussarela; -FRUTAS -Biscoito polvilho</p> <p>Bebidas: SUCO e Agua de coco</p>	<p>TARDE</p> <p>- Joelhinho de forno com queijo minas e ricota -FRUTAS</p> <p>Bebidas: SUCO</p>	<p>TARDE</p> <p>- Pão de queijo - Batata Ruffles -FRUTAS</p> <p>Bebidas: Vitamina de morango e SUCO</p>	<p>TARDE</p> <p>-Bolo caseiro -Mix de castanhas -FRUTAS</p> <p>Bebidas: SUCO</p>
23.09- segunda-feira	24.09-terça-feira	25.09- quarta-feira	26.09- quinta-feira	27.09- sexta feira
<p>Manhã <u>COLAÇÃO</u></p> <p>-Pão integral com creme de ricota e queijo mussarela; -Biscoito de polvilho; - FRUTAS</p> <p>Bebida: SUCO</p>	<p>Manhã <u>COLAÇÃO</u></p> <p>Pão francês com queijo mussarela na chapa; - FRUTAS</p> <p>Bebida: SUCO</p>	<p>Manhã <u>COLAÇÃO</u></p> <p>-Sanduíche natural - Batata Ruffles original - FRUTAS</p> <p>Bebida: SUCO e Vitamina de abacate</p>	<p>Manhã <u>COLAÇÃO</u></p> <p>-Bolo caseiro -FRUTAS</p> <p>Bebida: SUCO logurte natural com mel e granola</p>	<p>Manhã <u>COLAÇÃO</u></p> <p>-Hamburguinho caseiro - FRUTAS</p> <p>Bebida: SUCO e Açaí</p>
<p>TARDE</p> <p>-Pão de queijo - Mix de castanhas -FRUTAS</p> <p>Bebidas: Suco e Vitamina de banana com aveia</p>	<p>TARDE</p> <p>-Pão francês com ovo mexido e queijo mussarela -FRUTAS</p> <p>Bebidas: Açaí e SUCO</p>	<p>TARDE</p> <p>Bisnaguinha com mussarela e creme de ricota; -FRUTAS -Batata Lays</p> <p>Bebidas: SUCO</p>	<p>TARDE</p> <p>- Esfirra de 2 queijos (mussarela e queijo minas) - Pipoca salgada - FRUTAS</p> <p>Bebidas: Vitamina de morango e SUCO</p>	<p>TARDE</p> <p>-Mini pizza de mussarela com Tomate; -FRUTAS -Biscoito de polvilho</p> <p>Bebidas: SUCO</p>
30.09- segunda-feira				
<p>Manhã <u>COLAÇÃO</u></p> <p>-Bolo caseiro - Batata Lays - FRUTAS</p> <p>Bebida: SUCO e logurte natural mel e granola</p>				
<p>TARDE</p> <p>-Esfiha de frango com creme de ricota e mussarela -FRUTAS - Torrada com geléia</p> <p>Bebidas: Laranjada</p>				