

DESJEJUM

	17/11/2025	18/11/2025	19/11/2025	20/11/2025	21/11/2025	22/11/2025
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABADO
BEBIDA QUENTE	café	café	café	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO
	chá	chá	chá			
	leite de vaca	leite de vaca	leite de vaca			
	leite vegetal	leite vegetal	leite vegetal			
ACHOCOLATADO	achocolatado	achocolatado	achocolatado			
GORDURA	margarina	margarina	margarina			
PANIFICAÇÃO	pão francês	pão francês	pão francês			
PANIFICAÇÃO EXTRA	pão de forma		carne ou frango			
COMPLEMENTO 1	ovos mexidos	ovos mexidos	ovos mexidos			
		presunto				
COMPLEMENTO 2	pasta salgada	pasta salgada	pasta salgada			
	pasta doce	pasta doce	pasta doce			
FRUTA	maçã	mamao	laranja			

ALMOÇO

	17/11/2025	18/11/2025	19/11/2025	20/11/2025	21/11/2025	22/11/2025
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABADO
SALADA	tomate	tomate	vinagrete	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO
	alface	alface	alface			
	cenoura	acelga	repolho colorida			
PRATO PRINCIPAL	sobrecoxa 250g	suino na laranja 180g	feijoada 250g			
GUARNIÇÃO	macarrão ao sugo 120g	cenoura refogada 120g	farofa de couve 120g			
OPÇÃO VEGETARIANA	bolinho de lentilha 150g	proteína de soja ao sugo 150g	feijoada vegetariana 150g			
FRUTA	laranja	maçã	laranja			
PRATO BASE	arroz integral	arroz integral	arroz integral			
	arroz branco	arroz branco	arroz branco			
	feijão com caldo	feijão com caldo			

JANTAR

	17/11/2025	18/11/2025	19/11/2025	20/11/2025	21/11/2025	22/11/2025
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABADO
SALADA	tomate	tomate	vinagrete	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO
	alface	alface	alface			
	cenoura	acelga	repolho colorida			
PRATO PRINCIPAL	bisteca suina 200g	carne moída 180g	feijoada 250g			
GUARNIÇÃO	mandioca 120g	macarrão alho e óleo 120g	farofa de couve 120g			
OPÇÃO VEGETARIANA	bolinho de lentilha 150g	proteína de soja ao sugo maçã	feijoada vegetariana 150g			
FRUTA	laranja	melancia	laranja			
PRATO BASE	arroz integral	arroz integral	arroz integral			
	arroz branco	arroz branco	arroz branco			
	feijão com caldo	feijão com caldo	feijão com caldo			