

DATA		PRATOS-BASE	PRATOS-BASE	SALADA 1	SALADA 2 (TOMATE)	SALADA 3	SALADA 4	SALADA 5	PRATO PRINCIPAL I	PRATO PRINCIPAL II	GUARNIÇÃO I	VEGETARIANO	SOBREMESA	BEBIDA I
3ª-feira	01/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	PEPINO	TRIGO EM GRÃO	COUVE FLOR	FRICASSE	LAGARTO	BATATA PALHA	FRICASSE DE PALMITO	MAÇÃ	SUCO DE ABACAXI
4ª-feira	02/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	BETERRABA COZIDA	ERVILHA C/ MILHO	VINAGRETE DE BANANA DA TERRA	LOMBO SUINO ASSADO M. BARBECUE	TORTA MADELENA	FAROFÁ RICA//COUVE REFOGADA	FEIJOADA DE LEGUMES C/ TOFU	MELÃO	SUCO LARANJA
5ª-feira	03/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	CENOURA RALADA	GRÃO DE BICO	RÚCULA	DRUMET	CARNE MOIDA	MACARRÃO PARA FUSO M. SUGO E MOLHO BRANCO QUEIJO PARMESÃO	PROTEÍNA DE SOJA REFOGADA C/ LEGUMES E MOYASHY	ABACAXI	ÁGUA AROMATIZADA LIMÃO E LARANJA
6ª-feira	04/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	VAGEM TEMPERADA	FEIJÃO FRADINHO	AGRILÃO	FILE DE FRANGO Á FLORENTINA (Molho branco c/ espinafre)	QUIBE RECHEADO COM QUEIJO	ALMEIRÃO REFOGADO C/ TOMATINHOS	QUIBE DE ABÓBORA C/ QUEIJO	MAMÃO	SUCO DE UVA
2ª-feira	07/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	PEPINO	FEIJÃO BRANCO	ESCAROLA FININHA	FILE DE FRANGO Á CAMPANHA (cebola, tomate, salsinha)	STROGONOFF DE CARNE	BATATA PALHA	STROGONOFF DE TOFU	MELÃO	SUCO DE LARANJA C/ AÇAI
3ª-feira	08/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	TABULE	ERVILHA	AGRILÃO	FILE DE SAINT PETER Á PORTUGUESA	ISCA DE CARNE GRELHADA C/ CEBOLA E TOMATES	PIRÃO//ARROZ A GREGA(cenoura,vagem e cebolinha)	TOMATE RECHEADO C/ RICOTA TEMPERADA GRATINADO	BRIGADEIRO DE COLHER	ÁGUA AROMATIZADA LIMÃO E LARANJA
4ª-feira	09/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	ABOBORA CABOTIÁ ASSADA	GRÃO DE BICO	ALMEIRÃO	FILE DE FRANGO GRELHADO	BIFE A PARMEGIANA	BATATA BOUINHA CORADA AO ALECRIM	PANQUECA DE QUEIJO AO SUGO	ABACAXI	SUCO DE LARANJA, ACEROLA E MORANGO
5ª-feira	10/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	CENOURA RALADA	FEIJÃO BRANCO	REPOLHO BICOLOR	MEZZALUNA DE MUÇARELA	CARNE MOIDA	BRÓCOLIS REFOGADO	PTS REFOGADA C/ VERDURAS E LEGUMES	SORVETE C/ COBERTURAS	SUCO DE MELANCIA
6ª-feira	11/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	CHUCHU MEIA LUA	TRIGO EM GRÃO TEMPERADO	RÚCULA	FILE DE FRANGO GRELHADO	HAMBURGUER COM E SEM QUEIJO	BATATA CHIPS//SACHES E PÃO DE HAMBURGUER	HAMBURGUER (SANTA LUZIA)	MAMÃO	SUCO DE MAÇÃ
2ª-feira	21/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	BRÓCOLIS	QUINOA TEMPERADA	SALADA CESAR (C/ MOLHO DE MOSTARDA)	FRANGO XADREZ SEM AMENDOIM	BIFE ACEBOLADO	COUVE FLOR GRATINADA//arroz shop sue(cenoura, ovo e cebolinha)	ALMÔNDEGAS DE GRÃO DE BICO AO MOLHO SUGO	MELANCIA	SUCO DE UVA
3ª-feira	22/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-PRETO	ALFACE	TOMATE	BETERRABA RALADA	GRÃO DE BICO	AGRILÃO	LOMBO SUINO AO MOLHO BARBECUE	QUIBE RECHEADO COM MUÇARELA	VIRADO COM COUVE	FEIJOADA DE LEGUMES C/ TOFU	MAÇÃ	SUCO DE MANGA
4ª-feira	23/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	MANDIOQUINHA	FEIJÃO FRADINHO	ALMEIRÃO	STROGONOFF DE FRANGO	CARNE ASSADA MOLHO ESCURO	BATATA PALHA	RISOTO COM BANANA DA TERRA (ARROZ INTEGRAL, LENTILHA E BANANA DA TERRA)	BANANA	SUCO DE GOIABA
5ª-feira	24/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	CARPACCIO DE ABOBRINHA	SOJA	RÚCULA C/ MANGA	SOBRECOXA ASSADA	CARNE MOIDA	MACARRÃO AO SUGO E QUEIJO PARMESÃO	LASANHA	ABACAXI	SUCO DE LARANJA
6ª-feira	25/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	SALPICÃO	MIX DE GRÃOS	ESCAROLA	CUBOS DE FRANGO M. TOMATES E MANJERICÃO	CARNE LOUCA	PURE DE BATATA	QUICHE DE BRÓCOLIS COM COGUMELO	MAMÃO	SUCO DE ABACAXI
2ª-feira	28/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	BETERRABA RALADA	CUSCUS MARROQUINO	ALMEIRÃO	FILE DE FRANGO AO PIZAIOLLO	PICADINHO COM BATATA DOCE	REPOLHO BICOLOR COM TOMATINHO CEREJA	ABOBRINHA RECHEADA(frita e enrolada com queijo e manjericão) depois coloca no molho ao	ABACAXI	SUCO DE MAÇÃ
3ª-feira	29/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	BERINJELA ASSADA TEMPERADA	PEPINO PALITO	RÚCULA	FRANGO GRELHADO AO MOLHO ORIENTAL (SHOYO, MOYASHY, CENOURA, RODELAS, CEBOLA)	STROGONOFF DE CARNE	BATATA PALHA	STROGONOFF DE TOFU	MAMÃO	SUCO DE GOIABA
4ª-feira	30/out	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	ABÓBORA ASSADA	GRÃO DE BICO	BRÓCOLIS	FILET DE SAINT PETER Á MILANESA	ISCAS DE CARNE GRELHADA ACEBOLADA	CREME DE ESPINAFRE	TOMATE RECHEADO C/ RICOTA TEMPERADA GRATINADO	MELÃO	SUCO DE LARANJA
5ª-feira	31/10/2023 Halloween	ARROZ INTEGRAL/ARROZ BRANCO	FEIJÃO-CARIOCA	ALFACE	TOMATE	COUVE FLOR ROXA	PEPINO JAPONES	RÚCULA	DRUMET	ALMONDEGAS DE CARNE AO SUGO	MACARRÃO //MOLHO TOMATE//MOLHO VERDE// BATATA SMILE	QUIBE DE QUINOA COM QUEIJO	MURCOTT INFANTIL BANANA//GELATINA UVA LARANJA	SUCO DE UVA