

5

segunda

6

terça

7

quarta

8

quinta

9

sexta

Saladas

Alface crespa	Alface roxa	Alface mimosa	Alface americana	Alface lisa
Tomate	Tomate	Tomate	Tomate	Tomate
Catalonea com abacaxi	Mista de folhas com champignon	Repolho roxo com croutons temperados	Chicória com peito de peru	Agrião com alho
Vinagrete	Berinjela	Quiabo	Rabanete	Batata bolinha
Lentilha	Ervilha torta	Feijão fradinho	Quinoa	Feijão branco
Tomilho	Nozes	Salsa	Chia	Semente de girassol
Molho de salvia	Molho ceasar	Molho cítrico	Molho rosê	Molho de coentro

Sopas

	Abobrinha	Soja	Beterraba	Espinafre
--	-----------	------	-----------	-----------

Pratos quentes

Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão carioca
Quibe assado com hortelã	Filé de peixe no fubá	Costela suína ao barbecue	Strogonoff de carne	Frango ao molho de açafrão
Frango com cheiro verde	Iscas de carne com tomate	Carne moída refogada com milho	Omelete de forno com cenoura e tomate	Cozido misto suíno

Acompanhamentos

Macarrão ao alho e óleo (molho branco e sugo)	Virado de acelga refogado ao alho	Mandioca assada na manteiga de ervas	Batata palha	Abóbora refogada
---	-----------------------------------	--------------------------------------	--------------	------------------

Sobremesas

Abacaxi	Melão	Banana	Maçã	Goiaba
Banana	Pêra	Mamão	Laranja	Uva

Sucos

Goiaba	Caju	Limão	Manga	Acerola com laranja
--------	------	-------	-------	---------------------