

	Segunda-feira 03/11/2025	Terça-feira 04/11/2025	Quarta-feira 05/11/2025	Quinta-feira 06/11/2025	Sexta-feira 07/11/2025
OPÇÕES QUENTES	Arroz Arroz com lentilha Feijão preto Macarrão Farofa Bolonesa Frango grelhado Ovo grelhado Feijão branco refogado Purê de abóbora cabotiá	Arroz Arroz integral Feijão carioca Farofa Suíno grelhado Picadinho bovino c/ batata Brócolis refogado Polenta cremosa Lentilha Mix de legumes	Arroz Risotinho Feijão preto Macarrão Farofa Peixe desfiado com limão Sobrecoxa de frango refogada Ovo mexido Batata doce cozida Couve verde ao alho	Arroz Feijoadinha Feijão carioca Farofa Carne bovina de panela Frango grelhado Molho sugo Purê de aipim Creme de milho Abobrinha refogada	Arroz Arroz com legumes Feijão preto Farofa Frango empanado Moída turbinada Molho quatro queijos Macarrão Batata solté Chuchu refogado
OPÇÕES FRIAS	Alface Tomate Cenoura crua Ervilha Laranja	Alface Pepino Chuchu com cebolinha Beterraba cozida Melão	Alface Cenoura cozda Tomate com manjeriçao Vinagrete de grão de bico Couve flor	Alface Ervilha Beterraba cozida Brócolis Melancia	Alface Tomate c/ cebola roxa Pepino agri-doce Cenoura ralada Picles
SUCO INTEGRAL	Uva	Laranja	Uva	Laranja	Uva
SOBREMESA/ FRUTA	Banana e maçã	Gelatina , melão e manga	Banana e laranja	Gelatina , melancia e maçã	Banana e laranja

Itens em vermelho não são ofertados
para a Educação Infantil!

	Segunda-feira 10/11/2025	Terça-feira 11/11/2025	Quarta-feira 12/11/2025	Quinta-feira 13/11/2025	Sexta-feira 14/11/2025
OPÇÕES QUENTES	Arroz Arroz integral Farofa Frango grelhado Almondegas caseira Macarrão Milho refogado Batata palha Abóbora refogada	Arroz Arroz com legumes Feijão carioca Farofa Carne bovina de panela Sobrecoxa de frango refogada Polenta cremosa Cenoura com alho poró Mix de legumes Batata rústica assada	Arroz Risotinho Feijão preto Farofa Macarrão Ovo grelhado Bolonhesa Frango grelhado Brócolis e couve flor refogada Banana assada com canela	Arroz Arroz integral Feijão carioca Farofa Lasanha de carne Frango desfiado com molho Carne bovina - tiras acebolada Aipim Legumes ao molho sugo Couve verde	Arroz Arroz carreteiro Feijão preto Farofa Frango assado Peixe empanado Macarrão Ovo mexido Lentilha Abóbora refogada
OPÇÕES FRIAS	Alface Mix de sementes Ervilha Beterraba cozida Ovo cozido	Alface Tomate Cenoura crua Couve verde Melancia	Alface Pepino Repolho roxo Grão de bico Chuchu com cebola roxa	Alface Tomate com manjeriçã Beterraba cozida Cenouracozida Laranja	Alface Ervilha Tabule Brócolis Cenoura ralada
SUCO INTEGRAL	Laranja	Laranja	Uva	Laranja	Uva
SOBREMESA/ FRUTA	Tangerina e maçã	Tangerina e maçã	Gelatina , banana e manga	Gelatina , melancia e goiaba	Maçã e goiaba

Itens em vermelho não são ofertados
para a Educação Infantil!

	Segunda-feira 17/11/2025	Terça-feira 18/11/2025	Quarta-feira 19/11/2025	Quinta-feira 20/11/2025	Sexta-feira 21/11/2025
OPÇÕES QUENTES	Arroz Arroz integral Feijão preto Macarrão Farofa Bolonhesa Frango grelhado Purê de cabotiá Mix de legumes Ovo mexido	Arroz Risotinho Feijão carioca Farofa Suíno assado Ragu de carne moída Brócolis refogado Polenta cremosa Abobrinha espaguete Batata refogada	Arroz Arroz com legumes Feijão preto Farofa Macarrão Ovo mexido Peixe desfiado com limão Mix de carnes grelhadas Batata doce assada Couve verde ao alho	Feriado nacional	Recesso escolar
OPÇÕES FRIAS	Alface Tomate Cenoura crua Ervilha Granola salgada	Alface Pepino Chuchu com cebolinha Beterraba cozida Manga	Alface Cenoura cozida Tomate com manjeriçao Vinagrete de grão de bico Couve-flor		
SUCO INTEGRAL	Uva	Laranja	Uva		
SOBREMESA/ FRUTA	Tangerina e maçã	Gelatina , melão e manga	Banana e laranja		

Itens em vermelho não são ofertados
para a Educação Infantil!



F.A. ASSESSORIA
ASSESSORIA DE NUTRIÇÃO
EM RESTAURANTES E
LANCHONETES

Nutr. Me. Fernanda Ayala
CRN10:9471

	Segunda-feira 24/11/2025	Terça-feira 25/11/2025	Quarta-feira 26/11/2025	Quinta-feira 27/11/2025	Sexta-feira 28/11/2025
OPÇÕES QUENTES	Arroz Risotinho Feijão preto Macarrão Farofa Ovo mexido Moída turbinada Frango com molho Mix de legumes Purê de batatas	Arroz Arroz integral Feijão carioca Farofa Suíno assado Frango grelhado Brócolis refogado Polenta cremosa Lentilha Batata salsa cozida	Arroz Arroz com legumes Feijão preto Farofa Picadinho bovino Peixe empanado Ovo grelhado Macarrão Couve-flor refogada Batata rústica	Arroz Arroz integral Feijão carioca Farofa Panqueca de carne Frango assado Molho quatro queijos Purê de aipim Banana assada Chuchu refogado	Arroz Arroz com frango Feijão preto Farofa Frango empanado Carne de panela Macarrão Legumes grelhados Cabotia assada com alecrim Milho refogado
OPÇÕES FRIAS	Alface Tomate Cenoura cozida Beterraba crua Pepino	Alface Cenoura crua Chuchu com cebolinha Beterraba cozida Melancia	Alface Tomate Vinagrete Cenoura ralada Milho	Alface Brócolis Beterraba cozida Pepino Melão	Alface Mix de sementes Cenoura cozida Ervilha Grão de bico
SUCO INTEGRAL	Laranja	Uva	Laranja	Uva	Laranja
SOBREMESA/ FRUTA	Tangerina e maçã	Gelatina , melão e melancia	Banana e goiaba	Gelatina , melão e maçã	Laranja e pera

Itens em vermelho não são ofertados
para a Educação Infantil!



F.A ASSESSORIA
ASSESSORIA DE NUTRIÇÃO
EM RESTAURANTES E
LANCHONETES

Nutr. Me. Fernanda Ayala
CRN10:9471