



	Segunda - Feira	8-abr	Terça - Feira	9-abr	Quarta - Feira	10-abr	Quinta - Feira	11-abr	Sexta - Feira	12-abr	Média	%	
<p><b>Lanche da Manhã</b> (9h - 9h15min)</p> <p><b>Lanche da Tarde</b> (14h45min - 15h)</p>	Arroz integral cozido Carne moída <i>refogada com legumes e tempero verde</i> Salada de cenoura ralada e beterraba Salada de brócolis cozido Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )		Polenta cozida Peixe ensopado <i>com molho de tomate feito na escola</i> Abobrinha refogada Salada de repolho branco e roxo Fruta ( <i>mamão</i> )		Macarrão integral cozido Frango <i>refogado com legumes e molho de tomate</i> Salada de vagem Salada de pepino Fruta ( <i>banana</i> )		Feijão Preto cozido Arroz cozido Farofa colorida ( <i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i> ) Salada de alface e couve-flor cozido Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> )		Mascau ( <i>Leite com chocolate em pó e açúcar mascavo</i> ) Rosquinha salgada de polvilho Fruta ( <i>maçã</i> )				
	Segunda - Feira	15-abr	Terça - Feira	16-abr	Quarta - Feira	17-abr	Quinta - Feira	18-abr	Sexta - Feira	19-abr	Média	%	
<p><b>Lanche da Manhã</b> (9h - 9h15min)</p> <p><b>Lanche da Tarde</b> (14h45min - 15h)</p>	Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha Fruta ( <i>mamão</i> )		Risoto integral de frango ( <i>servir separadamente o arroz integral cozido e o peito de frango refogado com legumes e tempero verde</i> ) Salada de alface Fruta ( <i>maçã</i> )		Aipim cozido ou Purê de Aipim <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Carne de Panela Salada de beterraba e salada de repolho Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )		Feijão Vermelho Arroz cozido Farofa colorida ( <i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i> ) Salada de vagem e Salada de Acelga Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> )		Sanduíche de Ovo ( <i>Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido</i> ) Fruta ( <i>banana</i> )				
	Segunda - Feira	22-abr	Terça - Feira	23-abr	Quarta - Feira	24-abr	Quinta - Feira	25-abr	Sexta - Feira	26-abr	Média	%	
<p><b>Lanche da Manhã</b> (9h - 9h15min)</p> <p><b>Lanche da Tarde</b> (14h45min - 15h)</p>	Macarrão integral cozido Carne moída <i>refogada com legumes e molho de tomate</i> Salada de Pepino Salada de alface Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )		Purê de batata ou batata sauté <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Peixe ensopado <i>com molho de tomate</i> Salada de repolho branco e roxo Fruta ( <i>mamão</i> )		Feijão preto Arroz cozido Farofa colorida ( <i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i> ) Salada de vagem e Salada Acelga Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> )		Polenta cozida Carne moída <i>refogada com legumes e molho de tomate</i> Salada de Beterraba Salada de brócolis e couve-flor Fruta ( <i>maçã</i> )		Sanduíche de Queijo ( <i>Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela</i> ) Fruta ( <i>banana</i> )				
	Segunda - Feira	29-abr	Terça - Feira	30-abr	Quarta - Feira	1-mai	Quinta - Feira	2-mai	Sexta - Feira	3-mai	Média	%	
<p><b>Lanche da Manhã</b> (9h - 9h15min)</p> <p><b>Lanche da Tarde</b> (14h45min - 15h)</p>	Arroz integral cozido Estrogonoff de Frango Saudável ( <i>sem creme de leite</i> ) Salada de abobrinha Salada de repolho com tomate Fruta ( <i>mamão</i> )		Batata doce cozida <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Carne de Panela Salada de chuchu Salada de cenoura Fruta ( <i>banana</i> )		<b>FERIADO</b>			Feijão carioca Arroz cozido Farofa colorida ( <i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i> ) Salada de vagem Salada de Acelga Fruta ( <i>maçã</i> )		Buraco Negro ( <i>Pão tipo francês com molho de carne moída</i> ) Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> )			