



COLÉGIO EQUIPE ADULTO E COMPLEMENTAR

			QUINTA 01	SEXTA 02
			ARROZ + FEIJÃO PRETO CARNE DESFIADA INHAME DOURÊ SALADA DE TOMATE, ALFACE, COUVE-FLORES FRUTA	ARROZ + FEIJÃO BIFE À ITALIANA DISCO DE REPOLHO SALADA DE ALFACE, TOMATE, BATATA FRUTA
SEGUNDA 05	TERÇA 06	QUARTA 07	QUINTA 08	SEXTA 09
ARROZ + FEIJÃO FRANGO CROCANTE BRÓCOLIS NO ALHO SALADA DE TOMATE, ALFACE, ABÓBORA FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO AO SUGO FRANGO ASSADO COUVE REFOGADA SALADA DE ALFACE, MILHO, BERINJELA FRUTA	ARROZ + FEIJÃO CARNE MOÍDA CHUCHU REFOGADO SALADA DE BETERRABA CRUA, ALFACE, TOMATE FRUTA DOCE	ARROZ + FEIJÃO HAMBÚRGUER DE FRANGO CREME DE CENOURA SALADA DE PEPINO, ALFACE, BATATA DOCE FRUTA	ARROZ + FEIJÃO CARNE AO POMODORO SOUFFLÊ DE LEGUMES SALADA MISTA CRUA, ALFACE, TOMATE GELATINA
SEGUNDA 12	TERÇA 13	QUARTA 14	QUINTA 15	SEXTA 16
FERIADO	ARROZ + FEIJÃO PEIXE GRATINADO ACELGA REFOGADA SALADA DE TOMATE, ALFACE, ABOBRINHA FRUTA	ARROZ + FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO BATATA PALHA BATATA DOURÊ SALADA DE REPOLHO BRANCO, ALFACE, TOMATE GELATINA	MOLHO PESTO MACARRÃO AO MOLHO SUGO RAGU DE LOMBO RAGU DE CARNE CAPONATA DE BERINJELA SALADA DE ALFACE, ALMEIRÃO, SOJA FRUTA	ARROZ + FEIJÃO PRETO FRANGO ENSOPADO ESCAROLA REFOGADA SALADA DE CENOURA COZIDA, ALFACE, TOMATE FRUTA
SEGUNDA 16	TERÇA 20	QUARTA 21	QUINTA 22	SEXTA 23
ARROZ + FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE CARNE BATATA PALHA SALADA DE PEPINO, ALFACE, TOMATE FRUTA DOCE	ARROZ + FEIJÃO ESCONDIDINHO DE FRANGO C/ BATATA SALADA MISTA, RÚCULA, ALFACE FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO ROSÊ MEDALHÃO DE FRANGO COUVE-FLORES REFOGADA SALADA DE ALFACE, TOMATE, MANDIOQUINHA FRUTA	ARROZ + FEIJÃO ISCAS DE CARNE À MILANESA ISCAS DE CARNE ENSOPADA QUIBEBE SALADA DE BETERRABA COZIDA, ALFACE, TOMATE GELATINA	ARROZ + FEIJÃO FRANGO À MODA MILHO REFOGADO SALADA DE TOMATE, ALFACE, VINAGRETE DE CHUCHU FRUTA
SEGUNDA 26	TERÇA 27	QUARTA 28	QUINTA 29	SEXTA 30
MACARRÃO AO MOLHO ROSÊ ESPETINHO DE FRANGO LEGUMES REFOGADOS SALADA DE ACELGA, ALFACE, TOMATE GELATINA	ARROZ + FEIJÃO CARNE À ITALIANA BATATA DOCE SAUTÉ SALADA MIX DE FOLHAS, CENOURA, ALFACE FRUTA	ARROZ + FEIJÃO PRETO LAGARTO RECHEADO ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE TOMATE, ALFACE, CHUCHU FRUTA	ARROZ + FEIJÃO QUIBE DE FORNO POLENTA C/ MOLHO SALADA DE BRÓCOLIS, MILHO, ALFACE FRUTA	ARROZ + FEIJÃO CARNE C/ ALECRIM ABOBRINHA DE FORNO SALADA DE ALFACE, TOMATE, AGRIÃO

*Cardápio sujeito a alterações de acordo com disponibilidade e qualidade dos ingredientes