

ALMOÇO MARÇO – 2025

DATA	ARROZ	FEIJÃO	SALADA 1	SALADA 2	PRATO PRINCIPAL	VEGETARIANO	GUARNIÇÃO	SOBREMESA
24 - SEG	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	CENOURA	STROGONOFF DE PTS		CHUCHU C/ HORTELÃ	MELANCIA
25 - TER	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ESCAROLA	PEPINO	FRANGO AO M. SHOYO	HAMBURGUER DE SOJA	ACELGA REFOGADA	MAÇÃ
26 - QUA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE	BETERRABA	CARNE MOÍDA AO SUGO	BOLINHO DE LENTILHA	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	LARANJA
27 - QUI	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	REPOLHETE	ABOBRINHA	PEIXE NO FUBÁ	KIBE DE F. BRANCO	ABOBORA NA MANTEIGA	BANANA
28 - SEX	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ACELGA	CEBOLA C/ ORÉGANO	COPA LOMBO AO M. BARBECUE	KIBE DE ERVILHA	FAROFA COLORIDA	MELÃO

31 - SEG	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	AGRIÃO	CEBOLA C/ ORÉGANO	LASANHA DE BERINJELA C/ PASTA DE FEIJÃO FRADINHO		CHUCHU C/ ALECRIM	LARANJA
----------	-------------------	---------	--------	----------------------	--------------------------------------------------	--	-------------------	---------

JANTAR MARÇO – 2025

DATA	ARROZ	FEIJÃO	SALADA 1	SALADA 2	PRATO PRINCIPAL	PRATO VEGETARIANO	GUARNIÇÃO	SOBREMESA
24 - SEG	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ACELGA	ABOBRINETE	OVO COZIDO		ABOBORA ASSADA	LARANJA
25 - TER	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	CHUCHU C/ TOMATE	PEIXE A PORTUGUESA	KIBE DE F. FRADINHO	COUVE AO ALHO	MELANCIA
26 - QUA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ESCAROLA	CENOURA	FRANGO ACEBOLADO	SOJA ACEBOLADA	ABOBRINHA C/ ALECRIM	MELÃO
27 - QUI	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALFACE	BETERRABA	CARNE DE PANELA	HAMBURGUER DE LENTILHA	BERINJELA A VINAGRETE	MAÇÃ
28 - SEX	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	REPOLHO ROXO	PEPINO	ISCA DE FRANGO AO M. MOSTARDA	PTS AO M. MOSTARDA	ESCAROLA REFOGADO	BANANA

31 - SEG	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE	BETERRABA	CHARUTINHO C/ PASTA DE ERVILHA		CAPONATA	MELÃO
----------	-------------------	---------	--------	-----------	-----------------------------------	--	----------	-------