

ALMOÇO SETEMBRO – 2025

DATA	ARROZ	FEIJÃO	SALADA 1	SALADA 2		PRATO VEGETARIANO	GUARNIÇÃO	SOBREMESA
01 SEG	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ACELGA	CENOURA	ESCONDIDINHO DE FEIJÃO FRADINHO		CHUCHU C/ HORTELÃ	MAÇÃ
02 TER	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	PEPINO	ISCA DE FRANGO AO M. INGLÊS	BOLINHO DE F. PRETO	CENOURA C/ MARGARINA	MELANCIA
03 QUA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE	ABOBRINHA	CARNE ACEBOLADA	PTS A VINAGRETE	REPOLHO ROXO	LARANJA
04 QUI	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ESCAROLA	BETERRABA	PEIXE NO FUBÁ	KIBE DE ERVILHA	ABOBRINHA REFOGADA	BANANA
05 SEX	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	REPOLHO ROXO	CEBOLA C/ ORÉGANO	CUBO SUINO AO M. DE LIMÃO	HAMBURGUER DE SOJA	FAROFA COLORIDA	MELÃO
09 TER	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ESCAROLA	ABOBRINHA	CARNE MOIDA AO SUGO	PTS AO SUGO	REPOLHO ROXO REFOGADO	MAÇÃ
10 QUA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ACELGA	CHUCHU	PEIXE AO M. DE MOSTARDA	CHARUTINHO DE PASTA DE LENTILHA	CENIOURA C/ SALSÃO	MELÃO
11 QUI	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	REPOLHO	BETERRABA	FILÉ DE FRANGO ACEBOLADO	BOLINHO DE F. PRETO	CHUCHU C/ HORTELÃ	LARANJA
12 SEX	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE	CENOURA	CUBOS DE CARNE	ALMONDEGA DE ERVILHA	BERINJELA REFOGADA	BANANA
15 SEG	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE	ABOBRINHA	OVO COZIDO C/ AZEITE E ORÉGANO		REPOLHO ROXO REFOGADO	LARANJA
16 TER	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	REPOLHO	CEBOLA C/ ORÉGANO	ISCA DE FRANGO M. BARBECUE	PTS AO M. BARBECUE	ABOBORA ASSADA	GOIABA
17 QUA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ESCAROLA	BETERRABA	PEIXE ASSADO	BOLINHO DE F. FRADINHO	ABOBRINHA C/ SALSÃO	MAÇÃ
18 QUI	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ACELGA	CENOURA	CARNE DE PANELA	HAMBURGUER DE ERVILHA	CHUCHU C/ HORTELÃ	BANANA
19 SEX	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	CHUCHU	STROGONOFF FRANGO	STROGONOFF DE GRÃO DE BICO	BETERRABA AO ALHO	MELANCIA
22 SEG	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ESCAROLA	CHUCHU	KIBE DE FEIJÃO PRETO C/ QUEIJO		CENOURA C/ SALSINHA	MELÃO
23 TER	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE	BETERRABA	CARNE MOÍDA	SOJA AO SUGO	ACELGA AO ALHO	LARANJA
24 QUA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	REPOLHO	CENOURA	FRANGO DESFIADO C/ MILHO	HAMBURGUER DE ERVILHA	PURÊ DE BATATA	MELANCIA
25 QUI	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALMEIRÃO	ABOBRINHA	PEIXE AO M. DE LIMÃO	BOLINHO DE LENTILHA	BETERRABA REFOGADA	MAÇÃ
26 SEX	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ACELGA	PEPINO	ISCA DE FRANGO AO M. INGLÊS	F. FRADINHO A VINAGRETE	REPOLHO ROXO	BANANA
29 SEG	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	REPOLHO	BETERRABA	PANQUECA DE PTS		COUVE AO ALHO	MELANCIA
30 TER	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	CHUCHU	PEIXE NO FUBÁ	KIBE DE F. FRADINHO	BETERRABA REFOGADA	MELÃO

JANTAR SETEMBRO – 2025

DATA	ARROZ	FEIJÃO	SALADA 1	SALADA 2	PRATO PRINCIPAL	PRATO VEGETARIANO	GUARNIÇÃO	SOBREMESA
01 SEG	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE	ABOBRINHA	KIBE DE PTS C/ QUEIJO		ABOBORA ASSADA	LARANJA
02 TER	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	REPOLHO	BETERRABA	PEIXE A PORTUGUESA	HAMBURGUER DE F. FRADINHO	CHUCHU C/ HORTELÃ	MELÃO
03 QUA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ESCAROLA	CENOURA	FRICASÊ DE FRANGO	FRICASSE DE SOJA	BERINJELA NA MANTEIGA	BANANA
04 QUI	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	CHUCHU	ISCA DE CARNE	BOLINHO DE LENTILHA	BETERRABA C/ SALSÃO	MAÇÃ
05 SEX	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ACELGA	PEPINETE	FILÉ DE FRANGO ACEBOLADO	ERVILHA A VINAGRETE	REPOLHO ROXO	MELANCIA
09 TER	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	CENOURA	STRGONOFF DE FRANGO	BOLINHO DE ERVILHA	CHUCHU C/ SALSÃO	LARANJA
10 QUA	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	REPOLHO	PEPINO	CARNE MOÍDA	PTS AO SUGO	NHOQUE	GOIABA
11 QUI	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE	ABOBRINHA	PEIXE NO FUBÁ	HAMBURGUER DE F. FRADINHO	REPOLHO ROXO	BANANA
12 SEX	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ACELGA	CHUCHU	SOBRECOXA	KIBE DE SOJA	PURE DE CENIOURA	MELANCIA
15 SEG	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	BETERRABA	PANQUECA DE PTS		ACELGA NA MANTEIGA	MAÇÃ
16 TER	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ACELGA	PEPINO	CARNE AO M. BRANCO	ALMONDEGA DE ERVILHA	BETERRABA REFOGADA	MELANCIA
17 QUA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE	CEBOLA C/ ORÉGANO	FILÉ DE FRANGO ACEBOLADO	KIBE DE F. PRETO	CENOURA AO ALHO	LARANJA
18 QUI	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	REPOLHO	ABOBRINHA	PEIXE AO M. DE LIMÃO	BOLINHO DE SOJA	ABOBORA REFOGADA	GOIABA
19 SEX	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ESCAROLA	CENOURA	ISCA DE CARNE ACEBOLADA	F. FRADINHO ACEBOLADO	ABOBRINHA C/ SALSÃO	BANANA
22 SEG	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ACELGA	CENOURA	ABOBRINHA RECHEADA C/ ERVILHA		ESCAROLA REFOGADA	MELANCIA
23 TER	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	REPOLHO	CHUCHU	PEIXE ASSADO	BOLINHO DE GRÃO DE BICO	ABOBORA AO ALHO	GOIABA
24 QUA	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALMEIRÃO	ABOBRINHA	CARNE DE PANELA	KIBE DE F.FRADINHO	BETERRABA C/ MARGARINA	BANANA
25 QUI	BRANCO / INTEGRAL	PRETO	ALFACE	PEPINO	FRANGO C/ PIMENTÃO E CEBOLA	SOJA C/ PIMENTÃO E CEBOLA	CENOURA COZIDA	MELÃO
26 SEX	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ESCAROLA	BETERRABA	CUBO SUINO AO BARBECUE	HAMBURGUER DE FEIJAO PRETO	FAROFA COLORIDA	MAÇÃ
29 SEG	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	ALFACE	CENOURA	OVO COZIDO C/ AZEITE E ORÉGANO		PURÊ DE BATATA	GOIABA
30 TER	BRANCO / INTEGRAL	CARIOCA	REPOLHO	ABOBRINHA	CARNE MOÍDA	PTS AO SUGO	CENOURA COZIDA	MAÇÃ