

21

segunda

22

terça

23

quarta

24

quinta

25

sexta

**Saladas**

Alface lisa	Alface roxa	Alface mimosa	Alface mimosa	Alface crespa
Tomate	Tomate	Tomate	Tomate	Tomate
Chicória croutons de alho	Catalonea com tomate seco	Agrião com melancia	Agrião com melancia	Escarola com palmito
Cebola ao shoyo	Cenoura cozida	Vinagrete de manga	Vinagrete de manga	Batata doce
Mix de grãos	Soja	Canjiquinha	Canjiquinha	Cevadinha
Hortelã	Manjericão	Salsa	Salsa	Chimichurri
Molho de Balsâmico e mel	Molho de Laranja	Molho de Curry	Molho de Coentro	Molho Shoyo

**Sopas**

Lentilha	Grão de bico	Caldo verde	Mandioca	Ervilha
----------	--------------	-------------	----------	---------

**Pratos quentes**

Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
Arroz integral	Arroz integral		Arroz integral	Arroz integral
Feijão carioca	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
Quibe com hortelã	Frango com salsa e cebolinha	Cassoulet	Frango à passarinho	Bife de panela à pizzaiolo
Iscas de frango com cebola roxa	Suíno ao vinagrete	Filé de frango grelhado	Carne moída refogada	Linguiça assada

**Acompanhamentos**

Creme de milho	Bolinho de arroz com legumes	Couve refogada / farofa	Torta de alho poró	Jardineira de legumes ao forno
----------------	---------------------------------	----------------------------	-----------------------	--------------------------------------

**Sobremesas**

Cocada	Gelado de abacaxi com calda de coco	Gelatina mosaico	Manjar com calda de ameixa	Canjica com paçoca
Melancia	Mamão	Uva	Abacaxi	Acerola

**Sucos**

Tangerina	Amora	Acerola	Manga	Limão
-----------	-------	---------	-------	-------