



MEIODIA REFEIÇÕES - SOBRAL - 04 A 08 DE FEVEREIRO/2019

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		04/02/19	05/02/19	06/02/19	07/02/19	08/02/19
DESJEJUM	FRUTAS	Mamão/Melão	Melancia/Mamão	Melão/Mamão	Laranja/ Suco	Melancia/Melão
	PRATO PRINCIPAL	Cuscuz c/ ovo mexido	presunto/mussarela	Achocolatado com bolo	Sanduíche de carne Moída/Salsicha	Mingau de Aveia
	TIPO DE PROTEÍNA	***	***	***	***	***
	PÃES	Francês/Sovado	Francês/Sovado	Francês/Sovado	Francês/Sovado	Francês/sovado
	MARGARINA	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina	Margarina
	CAFÉ	Café	Café	Café	Café	Café
	LEITE	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
ALMOÇO	SALADA	Alface/Beterraba/Cenoura	Salada Verão	Vinagrete com Alface	chuchu c/ oregano	Salada Cozida
	PRATO PRINCIPAL 1	Carne de Panela c/ batatas	Cozido de carne	Feijoada	Fraldinha Assada	Linguiça acebolada
	PRATO PRINCIPAL 2	Frango Assado ao forno	Frango ao vinagrete	Frango Crocante	Frango Assado c/ ervas	Lasanha de Frango
	VEGETARIANO	Lasanha de Beringela	Charuto de soja	Feijoada Vegetariana	Escondidinho de Legumes	Torta de Soja
	ARROZ/INTEGRAL	Arroz branco / integral	Arroz branco / integral	Arroz branco / integral	Arroz branco / integral	Arroz branco/ integral
	FEIJÃO	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão preto	Feijão Carioca	Feijão Preto
	GUARNIÇÃO	Macarrão	Macaxeira	Farofa	Cuscuz	Legumes sauté
	SOBREMESA	Fruta/Doce	Fruta/Doce	Fruta/Doce	Fruta/Doce	Fruta/Doce
SUCO	Suco de Polpa	Suco de Polpa	Suco de Polpa	Suco de Polpa	Suco de Polpa	
JANTAR	SALADA	Mix de folhas com beterraba	Alface/Tomate/Cenoura	Salada Verde	Salada Russa	Salada Refogada
	PRATO PRINCIPAL 1	Bife Delicia	Moqueca de Carne do Sol	Isca de Carne acebolada	Carne de Sol na Nata	Costela c/ Mandioca
	PRATO PRINCIPAL 2	Cubos de frango com oregano	Frango ao ceboleto	Frango ao molho de milho	Frango c/ legumes	Frango Assado
	VEGETARIANO	Escondidinho de soja	Soja com vagem	Tomate rechedao	Soja com Milho	Abobrinha ao molho
	ARROZ	Arroz branco / integral	Arroz branco / integral	Arroz branco / integral	Arroz branco / integral	Arroz branco/ integral
	FEIJÃO	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão preto	Feijão Carioca	Feijão Preto
	GUARNIÇÃO	Purê de batata	Macarrão	Cuscuz	Batata Doce	Macaxeira amanteigada
	SOBREMESA	Fruta/Doce	Fruta/Doce	Fruta/Doce	Fruta/Doce	Fruta/Doce
SUCO	Suco de Polpa	Suco de Polpa	Suco de Polpa	Suco de Polpa	Suco de Polpa	