

Junho / 2018

Período Complementar

				1
				RECESSO
Omelete de brócolis / Iscas de carne grelhada 4 Legumes grelhados / Arroz / Feijão / Agrião / Tomate / Melão / Suco de limão	Drumet de frango / Assado vienense 5 Purê de batata / Arroz com cenoura / Feijão / Alface-americana / Beterraba cozida em cubos / Manga / Suco de laranja	Filé de frango grelhado / Feijoada light 6 Couve refogada / Farofa / Arroz / Feijão Preto / Alface lisa / Tomate / Laranja / Suco de goiaba	Strogonoff de frango / Bife ao molho de azeitonas 7 Batata palha / Penne dois queijos / Arroz / Feijão / Repolho / Grão-de-bico com salsinha / Mexerica / Curau de milho / Suco de uva	Filé de peixe grelhado / Bife de panela 8 Duo de folhas refogadas / Arroz / Feijão / Alface-crespa / Pepino / Melancia / Suco de abacaxi
Filé de frango ao molho de requeijão / Bife grelhado 11 Batata doce assada / Arroz / Feijão / Alface mimosa / Tomate / Uva / Suco de maracujá	Bisteca grelhada / Picadinho de carne com legumes 12 Couve refogada / Arroz / Tutu de feijão / Acelga / Salada de feijão branco / Abacaxi / Suco de uva	Filé de frango grelhado / Escondidinho de carne seca 13 Brócolis / Spaghetti ao molho Branco / Arroz / Feijão / Mix de folhas / Vagem / Banana / Cocada / Suco de melancia	Espetinho de frango / Carne assada ao molho madeira 14 Bolinho de arroz / Arroz Integral / Feijão / Alface americana / Tomate / Maçã / Suco de manga	Frango assado / Almôndega ao sugo 15 Quiabo refogado / Arroz / Feijão / Escarola / Salada bicolor / Melão / Suco de maracujá
Drumet de frango / Strogonoff de carne 18 Batata palha / Talharim ao sugo / Arroz / Feijão / Alface lisa / Salada de feijão fradinho / Melancia / Suco de laranja	Linguiça toscana acebolada / Abobrinha recheada 19 Purê de abóbora / Arroz / Feijão / Rúcula / Tomate / Maçã / Suco de abacaxi	Cubos de frango no grill / Feijoada light 20 Couve refogada / Farofa / Arroz / Feijão Preto / Alface-crespa / Maionese de legumes / Laranja / Suco de limão	Fricassê de frango / Kibe de forno 21 Palito de legumes temperados / Arroz com brócolis / Feijão / Duo de repolho / Tomate em cubos / Abacaxi / Arroz doce / Suco de goiaba	22 RECESSO
Filé de frango ao molho de ervas / Lagarto assado 25 Purê de abóbora / Arroz / Feijão / Alface lisa / Milho e ervilha com salsinha / Mamão / Paçoca / Suco de abacaxi	Isclas de frango à milanesa / Torta madalena 26 Creme de milho / Arroz / Feijão / Agrião / Vinagrete de lentilha / Mexerica / Pé de moleque / Suco de manga	27 RECESSO	Omelete / Bife grelhado 28 Milho cozido / Arroz / Feijão / Repolho / Pepino / Banana / Queijadinha / Suco de laranja	Filé de frango grelhado / Picadinho de carne 29 Batata rústica / Farfalle ao molho de calabresa / Arroz / Feijão / Alface-crespa / Vagem / Abacaxi / Doce de abóbora / Suco de melancia