

COMPOSIÇÃO	2ª FEIRA 14/04/2024	3ª FEIRA 15/04/2024	4ª FEIRA 16/04/2024	5ª FEIRA 17/04/2024	6ª FEIRA
SALADA	SALADAS (80G)	SALADAS (80G)	SALADAS (80G)	SALADAS (80G)	
PRATO PRINCIPAL	MOÍDA AO SUGO (140G)	FRANGO AO MOLHO (140G)	ALMÔNDEGAS BOVINA (140G)	CARNE MISTRA GRELHADA COM LEGUMES (140G)	
OPÇÕES VEGETARIANAS	LENTILHA (140G)	BOLINHO DE GRÃO DE BICO (140G)	KIBE VEGANO (140G)	CARNE MOÍDA DE SOJA (140G)	
GUARNIÇÃO	POLENTA CREMOSA (100G)	MACARRÃO COM ERVAS FINAS (100G)	BATATA SAUTÉ (100G)	FAROFA (90G)	
PRATO BASE	ARROZ BRANCO(250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO(150G)	ARROZ BRANCO(250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO(150G)	ARROZ BRANCO(250G) ARROZ INTEGRAL(250G) FEIJÃO COM CALDO(150G)	ARROZ BRANCO (250G) ARROZ INTEGRAL (250G) FEIJÃO COM CALDO (150G)	
SOBREMESA	FRUTA (100G)	FRUTA (100G)	FRUTA (100G)	FRUTA (100G)	
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA ANIMAL	875 CAL	870 CAL	855 CAL	832 CAL	
V.E.T. TOTAL COM PROTEINA VEGETAL	852 CAL	825 CAL	820 CAL	809 CAL	