

		<b>Segunda-Feira 10/06/2019</b>	<b>Terça-feira 11/06/2019</b>	<b>Quarta-Feira 12/06/2019</b>	<b>Quinta-Feira 13/06/19</b>	<b>Sexta-Feira 14/06/2019</b>
<b>OPÇÕES DE ARROZ</b>		Arroz Branco/ Arroz Integral	Arroz Branco/ Arroz Integral	Arroz Branco/ Arroz Integral	Arroz Branco/ Arroz integral	Arroz Branco/Arroz Integra
<b>LEGUMINOSA</b>		Feijão Carioca	Feijão Preto	Lentilha	Feijão Carioca	Feijão Carioca
<b>SUCOS</b>		Laranja/ Melancia	Laranja/ Abacaxi c/hortelã	Laranja/ Melão	Laranja/ Limão	Laranja/ Manga
<b>Prato Principal</b>	<b>OPÇÃO 1</b>	Bife Acebolado	Frango Crocante com Aveia	Polpetoni ao Forno	Rolê de Frango ao Molho	Escondidinho de salmão
	<b>OPÇÃO 2</b>	Parafuso à Marguerita	Bife de Panela	Filé de Frango Com Quinoa	Carne em Cubos com Mandioca	Omelete de Queijo
<b>GUARNIÇÃO</b>		Acelga Refogada	Virado de Abobrinha	Purê de Batata	Sufê de Queijo	Creme de Espinafre
<b>SALADAS</b>	<b>OPÇÃO 1</b>	Alface Crespa	Repolho Bicolor	Alface Romana com Manga	Alface Roxa	Alface Mimosa
	<b>OPÇÃO 2</b>	Beterraba Ralada	Tomate meia lua	Grão de Bico com Atum	Tabule	Mandioquinha na salsa
	<b>OPÇÃO 3</b>	Pepino Palito	Ervilha Fresca com ovos de Codorna	Vagem com Cebola	Cenoura Cozida em rodelas	Feijão Branco ao Vinagret
<b>SEMENTES</b>		Mix de semente	Gergelim branco	Gergelim branco	Linhaça dourada	Gergelim preto
<b>SOBREMESA</b>		Abacaxi	Gelatina com Frutas	Melão Fatiado	Kiwi com Morango	Bolo Gelado de coco

**LANCHES:**

		<b>Segunda-Feira 10/06/2019</b>	<b>Terça-feira 11/06/2019</b>	<b>Quarta-Feira 12/06/2019</b>	<b>Quinta-Feira 13/06/2019</b>	<b>Sexta-Feira 14/06/2019</b>
<b>LANCHE MANHÃ</b>	<b>Pães</b>	Mini pão de Queijo / Mini pão Francês/ Rosquinha de coco	Wrap com Peito de Peru e requeijão / Mini pão Integral / Biscoito de Aveia e Mel	Muffin de Cenoura / Mini pão de Leite / Torrada	Misto Quente / Mini pão de fubá / Sucrilhos	Bisnaguinha com ovos mexidos / Mini pão de Cenoura / Sucrilhos
	<b>Complementos</b>	Manteiga / geléia / Requeijão	Manteiga /Geléia / Cream Cheese	Requeijão, Manteiga / Mel /geléia	Manteiga / cream cheese / Geléia	Manteiga / mel/Requeijão
<b>BEBIDA</b>		Leite com Cacau	Leite com Ovomaltine	Iogurte Batido (Acompanha Granola) / Leite com Chocolate	Leite Puro / Leite com cacau	Iogurte de Morango / Leite com Chocolate
<b>FRUTAS</b>		Mamão	Pera	Uva Thompson	Maçã	Banana com Granola
<b>SUCOS</b>		Laranja	Manga	Goiaba	Maracujá	Abacaxi



		<b>Segunda-Feira 10/06/2019</b>	<b>Terça-feira 11/06/2019</b>	<b>Quarta-Feira 12/06/2019</b>	<b>Quinta-Feira 13/06/2019</b>	<b>Sexta-Feira 14/06/2019</b>
<b>LANCHE TARDE</b>	<b>OPÇÃO 1</b>	Esfiha de Frango / Mini pão integral / Biscoito Cream Cracker	Muffin de Cacau / Mini pão de Leite / Queijo branco com tomate cereja	Mini pão de queijo / Mini pão Francês / Biscoito de Aveia e Mel	Wrap com Peito de Peru e Alface / Mini pão integral / Torrada	Bolo Caseiro / Mini pão francês ç/ mussarela/ Biscoito Maizena
	<b>OPÇÃO 2</b>	Cream cheese / manteiga / geléia	Manteiga / Requeijão / Mel	Manteiga/Cream cheese / Geléia	manteiga / Requeijão/ mel	Pepino com cenoura /Cream cheese / Geléia / Manteiga
<b>FRUTA</b>		Laranja	Maçã	Melão	Salada de Frutas com granola	Goiaba em rodela
<b>Bebidas</b>		Suco de Goiaba / Leite com Chocolate	Leite com cacau/ Vitamina de Abacate	Suco de Abacaxi / Leite com Ovomaltine	Suco Melancia / Leite com Chocolate	Leite Puro / Leite com Cacau / Suco de Maracujá

