

01/09 **Saladas** - Mix de alfaces, salada tricolor, legumes, cenoura e beterraba raladas, pepino.
Proteínas - Frango à parmegiana, isca de carne c/ batatas, frango desfiado, rocambole de carne.
Acompanhamentos - Arroz c/ brócolis, espaguete c/ ovos, farofinha, feijão preto, purê de batata doce.

02/09 **Saladas** - Salada mista, legumes no vapor, cenoura em rodela, tomate em cubos, lâminas de pepino, abobrinha refogada.
Proteínas - Frango ao forno, bife à portuguesa, panquecas de carne.
Acompanhamentos - Arroz com cenoura, purê de batatas, farofa refogada, feijão mulatinho, espaguete à bolonhesa.

03/09 **Saladas** - Mix de alface c/ azeitona, seleta de legumes, salada verão, beterraba cozida, pepino com gergelim.
Proteínas - Cubos de frango crocantes, carne de panela c/ brócolis, carne moída, lasanha à bolonhesa.
Acompanhamentos - Arroz c/ ervilhas, feijão mulatinho, farofa c/ passas, espaguete ao molho branco.

04/09 **Saladas** - Salada crua, legumes, tomate em rodela, salada de repolho, cenoura e beterraba raladas, salpicão.
Proteínas - Frango à jardineira, bife empanado de forno, frango desfiado.
Acompanhamentos - Arroz colorido, feijão preto, espaguete ao sugo, farofinha, batatas ao forno.

07/09 FERIADO INDEPENDÊNCIA DO BRASIL

08/09 **Saladas** - Saladas mista, salada agreste, legumes, milho e ervilhas, tomate em rodela.
Proteínas - Bife ao molho madeira, isca de frango c/ cenoura, panquecas de carne, frango desfiado.
Acompanhamentos - Arroz integral c/ cenoura, espaguete refogado, farofa de ovos, feijão mulatinho, suflê de queijo.

09/09 **Saladas** - Mix de alfaces c/ rúculas, salada de brócolis c/ couve flor, seleta de legumes, tomate e pepino, cenoura em rodela.
Proteínas - Frango empanado c/ cebolinha, bife de molho c/ legumes, carne moída, rocambole de frango.
Acompanhamentos - Arroz c/ espinafre, feijão preto, espaguete c/ molho tomate, farofa c/ bacon, purê de batatas.

10/09 **Saladas** - Salada mista, tomate em cubos, milho e ervilhas, cenoura em palitos, pepino, salada tropical.
Proteínas - Coxa e sobrecoxa na chapa, guisadinho de carne c/ batatas, torta de frango.
Acompanhamentos - Arroz colorido, feijão preto, espaguete c/ tomates e azeitonas, farofa, purê de batata doce.

11/09 **Saladas** - mix de alfaces, tomates em rodela, milho e ervilhas frescas, pepino, legumes cozido.
Proteínas - Cozido de carne, frango crocante.
Acompanhamentos - Arroz carioca, feijão mulatinho, espaguete refogado, farofinha, pirão.

14/09 **Saladas** - Salada crua, tomate em rodela, milho e ervilhas frescas, repolho com cenoura, legumes no vapor, salada de grão-de-bico.
Proteínas - Frango forno com queijo, maminha ao molho, panquecas de frango.
Acompanhamentos - Arroz c/ brócolis, feijão mulatinho, espaguete à bolonhesa, farofinha c/ cenoura, purê de macaxeira.

15/09 **Saladas** - Mix de alfaces, tomate em cubos, legumes no vapor, salada verão, pepino em rodela, repolho c/ cenoura refogados.
Proteínas - Frango c/ legumes ao molho oriental, bife à milanesa, frango desfiado, canelone carne.
Acompanhamentos - Arroz c/ cenoura e cebolinha, feijão preto, espaguete c/ tomate e manjerição, farofa c/ passas, purê de batatas.

16/09 **Saladas** - Salada mista, salada de batatas c/ ovos, cenoura em rodela, pepino, salada de repolho c/ manga e maçã.
Proteínas - Carne assada c/ batatas, filé de frango acebolado, rocambole de carne.
Acompanhamentos - Arroz à grega, farofa de cuscuz, espaguete ao molho tomate, feijão mulatinho, purê de batata doce gratinado.

17/09 **Saladas** - Mix de alfaces c/ rúculas, salada agreste, seleta de legumes, cenoura c/ repolho e vagem refogados, beterraba cozida.
Proteínas - Rolê de carne c/ legumes, tiras de frango c/ batata doce, carne moída com batatas, torta de frango.
Acompanhamentos - Arroz c/ cenoura e vagem, feijão preto, farofa c/ bacon, espaguete ao molho branco, batatas chips.

18/09 **Saladas** - Salada mista, abobrinha refogada, cenoura ralada, milho e pepino.
Proteínas - Lombo molho, cubos de frango c/ brócolis, frango desfiado.
Acompanhamentos - Arroz c/ cenoura, feijão preto, farofa de jerimum, espaguete ao alho e azeite, batatas gratinadas.

21/09 **Saladas** - Mix de alfaces c/ azeitona, pepino fatiado, legumes à julienne, salada acelga c/ manga, pepino.
Proteínas - Carne de panela c/ legumes, frango empanado de forno, lasanha de queijo e presunto.
Acompanhamentos - Arroz à grega, feijão mulatinho, farofa c/ ovos, espaguete ao molho branco, purê de batatas.

22/09 **Saladas** - Mix de alfaces, salada tropical, legumes à julienne, lâminas de pepino, tomate em rodela, ervilhas frescas.
Proteínas - Frango em cubos crocante, bife de molho com batatas, carne moída.
Acompanhamentos - Arroz c/ cenoura e milho, feijão preto, farofa, espaguete c/ tomates e manjerição, purê de batatas.

23/09 **Saladas** - Salada mista, legumes cozido, tomate em rodela, salada tropical, mix de repolhos, beterraba cozida.
Proteínas - Carne assada c/ ervilhas, frango cremoso, escondidinho de carne.
Acompanhamentos - Arroz carioca, feijão preto, farofa c/ cenoura, espaguete ao molho tomate, suflê de legumes.

24/09 **Saladas** - Mix de alfaces, salada tricolor, ovos cozidos, vinagrete, legumes c/ maionese, pepino.
Proteínas - Carne de sol desfiada, frango c/ creme de milho, rocambole de frango.
Acompanhamentos - Arroz colorido, feijão mulatinho, farofa de jerimum, espaguete c/ ovos, macaxeira de forno.

25/09 **Saladas** - Salada crua, tomate em rodela, milho e ervilhas frescas, legumes do cozido, pepino.
Proteínas - Cozido de carne, frango acebolado.
Acompanhamentos - Arroz carioca, feijão mulatinho, espaguete refogado, farofinha, batatas sauté, pirão.

28/09 **Saladas** - Salada mista, salada verão, seleta de legumes, tomate e cebola em rodela, lâminas de pepino.
Proteínas - Isca de carne ao molho madeira, frango da vovó, lasanha à bolonhesa.
Acompanhamentos - Arroz c/ cenoura, feijão mulatinho, espaguete ao sugo, farofa refogada, purê de batatas.

29/09 **Saladas** - Salada mista, repolho e cenoura refogados, pepino e tomates em rodela, legumes, milho e ervilha.
Proteínas - Bife à parmegiana, filé de frango c/ batata doce, panquecas de frango.
Acompanhamentos - Arroz c/ brócolis, feijão mulatinho, farofa, espaguete ao molho tomate, batatas de forno.

30/09 **Saladas** - Mix de alfaces c/ azeitona, seleta de legumes, salada verão, beterraba cozida, pepino com gergelim.
Proteínas - Cubos de frango crocantes, carne de panela c/ brócolis, carne moída, torta de frango.
Acompanhamentos - Arroz c/ ervilhas, feijão mulatinho, farofa c/ passas, espaguete ao molho branco, chips de batatas.