



01/04 **Saladas** - Couve-flor com tomates, mix de alfaces, repolho com cenoura, legumes no vapor, brócolis, pepino e tomates em rodela.
Proteínas - Bifinho com ervilhas, galinha da vovó, franguinho desfiado e rocambolê de carne.
Acompanhamentos - Arroz com brócolis, feijão preto, farofinha, espaguete com molho de tomate e purê de batata.

02/04 FERIADO QUINTA-FEIRA SANTA

03/04 FERIADO SEXTA-FEIRA DA PAIXÃO

06/04 **Saladas** - Cenoura com batatas, salada verde, pepino, beterraba e cenoura raladas, acelga com abacaxi e milho.
Proteínas - Franguinho em cubos com batatas, bife de molho, carne moída com batatas e canelone de frango.
Acompanhamentos - Arroz com cenoura, feijão carioca, espaguete com ovos, farofa crocante e purê de batata.

07/04 **Saladas** - Salada crua, salada tropical, milho e ervilhas frescas, tomates, pepino em lâminas e legumes cozidos.
Proteínas - Frango à jardineira, bife empanado de forno, frango desfiado com milho e torta de frango.
Acompanhamentos - Arroz à grega, feijão preto, farofa com bacon, espaguete ao sugo e batatas sauté.

08/04 **Saladas** - Mix de alfaces com rúcula, salada de repolho, legumes no vapor, beterraba cozida, pepino, milho e tomates.
Proteínas - Isca de carne ao molho madeira, franguinho com batatas, frango desfiado e panquecas de carne.
Acompanhamentos - Arroz colorido, feijão mulatino, farofinha refogada, chips de batata-doce e espaguete com ovos.

09/04 **Saladas** - Salada de cenoura com manga, mix de folhas verdes, legumes cozidos, vagem refogada, pepino, milho e tomates em rodela.
Proteínas - Lasanha à bolonhesa, frango empanado com cebolinha, bife ao molho com ervilhas e franguinho desfiado.
Acompanhamentos - Arroz com cenoura e ovos, feijão preto, espaguete refogado, farofa com ovos e purê de batata.

10/04 **Saladas** - Salada mista, legumes no vapor, salada de alfaces, cenoura em rodela, pepino e tomates em cubos.
Proteínas - Cozido de carne e frango à milanesa.
Acompanhamentos - Arroz carioca, pirão, feijão carioca, espaguete na manteiga e farofa.

13/04 **Saladas** - Seleta de legumes, salpicão, salada mista, pepino, tomates em rodela, repolho com cenoura e milho.
Proteínas - Franguinho à milanesa, lombo ao molho com batatas, carne moída e rocambolê de frango.
Acompanhamentos - Arroz com couve, feijão preto, espaguete com molho branco e purê de macaxeira.

14/04 **Saladas** - Salada mista, cenoura ralada, salada de batata com ovos, mix de repolhos, vagem refogada, tomates e pepino.
Proteínas - Bife à parmegiana, frango em cubos com batata-doce e franguinho desfiado.
Acompanhamentos - Arroz com cenoura e milho, feijão carioca, espaguete na manteiga, purê de batatas e farofinha.

15/04 **Saladas** - Salada de cenoura com manga, legumes cozidos, cenoura ralada, mix de alfaces, pepino, tomates e milho.
Proteínas - Lasanha à bolonhesa, frango acebolado e almôndegas.
Acompanhamentos - Arroz com cenoura e milho, feijão carioca, farofa, espaguete com ovos e batata chips.

16/04 **Saladas** - Salada agreste, mix de alfaces com azeitonas, legumes em tirinhas, abobrinha refogada, lâminas de pepino e tomates.
Proteínas - Guisadinho de carne com batatas, franguinho assado, panquecas de carne e frango desfiado.
Acompanhamentos - Arroz à grega, feijão preto, farofa com ovos e purê de batatas.

17/04 **Saladas** - Salada tropical, mix de folhas verdes, salada de grão-de-bico, legumes cozidos, milho e ervilhas e tomates em rodela.
Proteínas - Frango ao molho, bife à milanesa e frango desfiado.
Acompanhamentos - Arroz colorido, feijão carioca, farofinha, espaguete na manteiga e batatas gratinadas.

20/04 NÃO HAVERÁ AULA

21/04 FERIADO - TIRADENTES

22/04 **Saladas** - Mix de folhas com azeitonas, cenoura com vagem, salada verão, legumes cozidos, tomates, pepino e milho.
Proteínas - Carne assada com batatas, franguinho cremoso, quiche de frango com requeijão e franguinho desfiado.
Acompanhamentos - Arroz à grega, feijão carioca, espaguete com molho branco e purê de batatas, farofa com bacon.

23/04 **Saladas** - Acelga com manga e abacaxi, salada mista, milho, legumes em tirinhas, salada de alfaces, pepino, tomates e vinagrete.
Proteínas - Carne de sol desfiada, franguinho ao molho, frango desfiado e rocambolê de carne.
Acompanhamentos - Arroz colorido, feijão preto, farofa de jerimum e macaxeira frita, espaguete na manteiga.

24/04 **Saladas** - Salada mista, legumes do cozido, milho, pepino, tomates em rodela e cenoura ralada.
Proteínas - Cozido de carne e isca de frango com batatas.
Acompanhamentos - Arroz carioca, feijão mulatino, farofa, espaguete refogado e pirão.

27/04 **Saladas** - Alface com tomates, berinjela refogada, legumes, couve-flor, cenoura e beterraba raladas e pepino.
Proteínas - Maminha com molho, franguinho de forno, escondidinho de frango e carne moída.
Acompanhamentos - Arroz com brócolis, feijão mulatino, farofa com couve e purê de batatas, espaguete com molho de tomate.

28/04 **Saladas** - Salada mista, frutas tropicais, repolho com cenoura, lâminas de pepino, tomates em cubos e milho.
Proteínas - Stroganofe de carne, torta de frango e frango à milanesa, frango desfiado.
Acompanhamentos - Arroz integral com cenoura, feijão preto, espaguete com tomates e azeitonas, farofinha e batatas douradas.

29/04 **Saladas** - Salada verão, mix de alfaces, salada de grão-de-bico, tomates em rodela, milho e ervilhas.
Proteínas - Carne assada com batatas, cubos de frango com batata-doce, carne moída e rocambolê de carne.
Acompanhamentos - Arroz com vagem e cenoura, feijão carioca, farofa com ovos e suflê de queijo.

30/04 **Saladas** - Salada crua, seleta de legumes, salpicão, cenoura ralada, milho, pepino e tomate em rodela.
Proteínas - Isca de carne ao molho oriental, filé de frango com brócolis e panquecas de carne, frango desfiado.
Acompanhamentos - Arroz colorido, feijão preto, farofa com bacon e purê de batatas.