

M E N U TPS MS GS SEMANAL

21 À 25 SET. 2026

DIARIAMENTE OFERECEMOS MIX DE FOLHAS, ARROZ BRANCO E INTEGRAL, FEIJÃO (BRANCO, CARIOCA, PRETO OU VERMELHO), OU LENTILHA, ÁGUA MINERAL E FRUTAS (SOBREMESA);

O MENU PODERÁ SER ALTERADO SEM AVISO PRÉVIO, NESTE CASO AS PREPARAÇÕES SERÃO SUBSTITUÍDAS POR OUTRAS DO MESMO VALOR NUTRICIONAL.

HAVENDO RESTRIÇÕES ALIMENTARES, AS PREPARAÇÕES SERÃO ADAPTADAS DE FORMA SEGURA E COM SUPERVISÃO DA NUTRICIONISTA.

SEGUNDA

21 SETEMBRO

**COLAÇÃO
FRUTA DA ESTAÇÃO**

SALADA

BETERRABA RALADA

**PRATO PRINCIPAL
ISQUINHA DE FRANGO**

ACOMPANHAMENTOS

**MASSA SALTEADA
ARROZ BRANCO
ARROZ INTEGRAL
FEIJÃO CARIOCA**

GUARNIÇÃO

VAGEM SALTEADA

**SOBREMESA
FRUTA DA ESTAÇÃO**

TERÇA

22 SETEMBRO

**COLAÇÃO
FRUTA DA ESTAÇÃO**

SALADA

ABÓBORA

PRATO PRINCIPAL

BIFE DE PANELA

ACOMPANHAMENTOS

**ARROZ BRANCO
ARROZ INTEGRAL
FEIJÃO PRETO**

GUARNIÇÃO

COUVE REFOGADA

**SOBREMESA
FLAN DE CACAU**

QUARTA

23 SETEMBRO

**COLAÇÃO
FRUTA DA ESTAÇÃO**

**SALADA
CENOURA RALADA**

**PRATO PRINCIPAL
OVO MEXIDO**

**ACOMPANHAMENTOS
MASSA SALTEADA
ARROZ BRANCO
ARROZ INTEGRAL
LENTILHA ENSOPADA
GUARNIÇÃO
MILHO SALTEADO
SOBREMESA
FRUTA DA ESTAÇÃO**

QUINTA

24 SETEMBRO

**COLAÇÃO
FRUTA DA ESTAÇÃO**

**SALADA
BRÓCOLIS**

**PRATO PRINCIPAL
ALMÔNDEGA DE CARNE AO
MOLHO SUGO**

ACOMPANHAMENTOS

**ARROZ BRANCO
ARROZ INTEGRAL
FEIJÃO PRETO**

GUARNIÇÃO

PURÊ ROSADO

**SOBREMESA
GELATINA NATURAL
SABORES**

SEXTA

25 SETEMBRO

**COLAÇÃO
FRUTA DA ESTAÇÃO**

**SALADA
TOMATE**

**PRATO PRINCIPAL
PEIXINHO ENSOPADO**

ACOMPANHAMENTOS

**ARROZ BRANCO
ARROZ INTEGRAL
FEIJÃO CARIOCA**

GUARNIÇÃO

COUVE FLOR REFOGADA

**SOBREMESA
FRUTA DA ESTAÇÃO**