

# M E N U S E M A N A L

09 À 13 MAR. 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

09 MARÇO

SALADA

SALADA DE COUVE COM  
VINAGRETE

SALADA DE COUVE FLOR

PRATO PRINCIPAL  
FRANGO ASSADO

OPÇÃO

ESCALOPINHO SUÍNO AO  
MOLHO DE LIMÃO

GUARNIÇÃO

BETERRABA REFOGADA

BRÓCOLIS AO VAPOR

SOBREMESA

FRUTA DA ESTAÇÃO

## TERÇA

10 MARÇO

SALADA

SALADA DE TOMATE

CENOURA RALADA

PRATO PRINCIPAL  
OMELETE DE ALHO PORÓ

OPÇÃO

PICADINHO DE CARNE

GUARNIÇÃO

MILHO SALTEADO

FAROFA DOURADA

SOBREMESA

BOLO DE CACAU

## QUARTA

11 MARÇO

SALADA

SALADA DE PEPINO

SALADA DE FEIJÃO  
FRADINHO

PRATO PRINCIPAL  
TORTA MADALENA

OPÇÃO

CARNE SUÍNA GRELHADA

GUARNIÇÃO

COUVE REFOGADA

CENOURA E ABOBRINHA  
REFOGADAS

SOBREMESA

FRUTA DA ESTAÇÃO

## QUINTA

12 MARÇO

SALADA

SALADA DE ABÓBORA

SALADA DE VAGEM

PRATO PRINCIPAL  
CARNE SUÍNA ASSADA

OPÇÃO

ESTROGONOFÉ DE FRANGO

GUARNIÇÃO

BATATA RÚSTICA ASSADA

CHUCHU REFOGADO COM  
SALVIA

SOBREMESA

BRIGADEIRÃO

## SEXTA

13 MARÇO

SALADA

BETERRABA RALADA

GUACAMOLE

PRATO PRINCIPAL  
CHURRASQUINHO DE  
FRANGO

OPÇÃO

PEIXE ASSADO

GUARNIÇÃO

FAROFA DOURADA  
MULTIGRÃOS

CENOURA ASSADA AO  
PESTO

SOBREMESA

FRUTA DA ESTAÇÃO