

Almoço – setembro de 2026

segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
	01 Peixe à dorê Batata sauté Vagem refogada Alface, tomate e beterraba	02 Picadinho de frango Macarrão ao sugo Brócolis ao alho e óleo Alface, tomate e pepino	03 Isca de carne grelhada Batata doce assada Chuchu refogado Alface, tomate e cenoura	04 Filé de frango Seleto de legumes Alface, tomate, chuchu
07 FERIADO	08 FERIADO	09 Filé suíno grelhado Couve refogada Abobrinha refogada Alface, tomate, vinagrete	10 Hambúrguer caseiro Macarrão ao sugo Berinjela refogada Alface, tomate e beterraba	11 Lombo assado Farofa Salada de maionese Alface, tomate, brócolis
14 Frango à pizzaiolo Brócolis ao alho e óleo Escarola refogada Alface, tomate e pepino	15 Carne de panela Macarrão ao sugo Palitinhos de cenoura Alface, tomate e rúcula	16 Escondidinho de frango (frango com purê) Quiabo refogado Alface, tomate e abobrinha	17 Estrogonofe de carne Batata palha Beterraba refogada Alface, tomate e chuchu	18 Peixe à dorê Purê de abóbora Vagem refogada Alface, tomate e cenoura
21 Picadinho de carne Purê de batata Mix de repolho com cenoura Alface, tomate e beterraba	22 Panqueca de frango e de queijo; molho branco e molho vermelho; brócolis Alface, tomate, abobrinha	23 Carne assada Seleto de legumes Alface, tomate e rúcula	24 Filé suíno grelhado Farofa de banana Chuchu refogado Alface, tomate e vagem	25 Almôndegas Macarrão ao sugo Abobrinha refogada Alface, tomate e cenoura
28 Espetinho de carne Macarrão ao sugo Couve-flor gratinada Alface, tomate e ervilha	29 Estrogonofe de frango Batata palha Milho na manteiga Alface, tomate e chuchu	30 Peixe à dorê Creme de espinafre Brócolis ao alho e óleo Alface, tomate e pepino		

Cardápio sujeito a alterações

Acompanha diariamente arroz branco e arroz integral, feijão e salada (alface e tomate)

Nutricionista Responsável – Két Vargas – CRN3 – 15.209 - Contato – ket.alves@redealix.org.br