

**DEZEMBRO 2015**

<b>Data</b>	<b>Lanche da Manhã</b>	<b>Almoço</b>	<b><u>Suco INTEGRAL</u></b>	<b>Lanche da Tarde</b>	<b>Jantar</b>
1 terça-feira	Mamão Torrada com Becel® Suco de goiaba	Arroz Lentilha File de frango Brócolis Inhame Salada: alface e tomate Suco de acerola	<b><u>GOIABA</u></b>	Suco de melancia Bolo de cenoura com cacau Banana	Risoto de frango com cenoura e espinafre Suco de laranja
2 quarta-feira	Banana Biscoito Maria/ Biscoito sem lactose Suco de melancia	Macarronada ao sugo Carne assada com chuchu Suco de laranja	<b><u>MARACUJÁ</u></b>	Suco de uva Misto quente/ Pão com geléia Maçã	Risoto de carne Purê de batata Abóbora com salsinha Suco de goiaba
3 quinta-feira	Maçã Peta Suco de maracujá	Arroz Feijão Frango Abobrinha Salada: alface e tomate Suco de acerola	<b><u>MELANCIA</u></b>	Suco de manga Bolo de banana e canela Pera	Canja de frango com vagem cenoura Suco de maçã
4 sexta-feira	Goiaba Biscoito polvilho Suco de laranja	Arroz Feijão Carne moída Batata cozida Beterraba couve-flor Suco de melão	<b><u>MAÇA</u></b>	Suco laranja e beterraba Pão de queijo/ pão de sal com geléia	Sopa de legumes com carne Suco de manga
7 segunda-feira	Melão Biscoito Maisena/ Biscoito sem lactose Suco de caju	Arroz Feijão Filé de frango Purê de mandioca Salada: brócolis, tomate e cenoura ralada Suco de laranja	<b><u>AMEIXA</u></b>	Suco de uva Torta salgada Melão	Arroz Feijão Frango ao sugo Polenta Milho Suco de maracujá
8 terça-feira	Laranja lima Peta Suco de acerola	Arroz Feijão Carne ensopada com abóbora e chuchu Salada: alface e tomate Suco de uva	<b><u>MORANGO</u></b>	Suco morango Bolo de fubá Pera	Arroz feijão Milho Abobrinha Espinafre Suco de caju
9 quarta-feira	Mamão Torrada c/ geléia	Arroz Feijão Frango	<b><u>AMORA</u></b>	Suco de uva Pão de sal c/ requeijão/geléia	Risoto de frango, ervilha e repolho roxo

	Suco de laranja	Inhame Beterraba Suco de limão c/ inhame		de frutas Melancia	Suco de maçã
10 quinta- feira	Melão Biscoito cream cracker Suco de uva	Macarronada ao sugo Carne moída Molho de tomate Suco de uva c/ beterraba Suco de maçã	<u><b>GOIABA</b></u>	Suco de maracujá Bolo de banana com canela Melão	Sopa de macarrão com carne e legumes Suco de limão com inhame
11 sexta- feira	Banana Biscoito polvilho Suco de morango	Arroz Feijão Isca de frango Cenoura Salada: repolho roxo e tomate Suco de maracujá	<u><b>MELANCIA</b></u>	Suco de tamarindo Pão de queijo/Pão de Forma com peito de peru Mamão	Arroz Omelete de verduras (brócolis e salsinha) Suco de uva c/ beterraba
14 segunda- feira	Melancia Peta Suco de caju	Arroz Feijão Frango Cará Salada: rúcula e milho Suco de maçã	<u><b>MORANGO</b></u>	Suco de caju Club Social com Becel® Manga	Arroz Feijão Frango Espinafre Purê de abóbora Suco de laranja
15 terça- feira	Banana Torrada com Becel Suco de amora	Arroz Lentilha Carne de panela Abobrinha Farofa de aveia e couve Suco de pera	<u><b>GRAVIOLA</b></u>	Suco de maçã Bolo de laranja Manga	Sopa de legumes e carne Suco de acerola
16 quarta- feira	Mamão Cream cracker Suco de limão	Arroz Feijão Frango Vagem Salada: alface e tomate Suco de graviola	<u><b>MANGA</b></u>	Suco de uva Torta salgada Melancia	Risoto de frango Cenoura e coentro Suco de tamarindo
17 quinta- feira	Goiaba Cream Cracker Suco de melancia	Macarronada ao sugo Almondega de frango Beterraba ralada Suco de Amora	<u><b>MORANGO</b></u>	Suco de acerola Bolo de cenoura com cacau Suco de limão	Sopa de legumes c/ macarrão e frango Suco de tamarindo
18 sexta- feira	Banana Peta Suco de tangerina	Arroz Feijão Bife Purê de batata Salada: agrião e	<u><b>PERA</b></u>	Suco de laranja Pão de queijo/pão de sal com Becel® Pera	Risoto de carne com legumes Suco de uva

		tomate Suco de limão			
--	--	-------------------------	--	--	--