

LBGS/2023 - 3ª SEMANA							
JULHO	14/07/2025	15/07/2025	16/07/2025	17/07/2025	18/07/2025	19/07/2025	20/07/2025
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
Salada	Alface com abobrinha	Grão de Bico/ Acelga	Mista Verde	Beterraba Cozida/Alface	Alface/ Frutas	Alface Crespa	Sopa de legumes
ARROZ FEIJÃO	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão
Prato Principal	Pernil em cubos	Strogonoff de Carne	Bife à milanesa	Frango com quiabo	Linguíça Toscana	Filé de Frango	Bisteca em cubos
OPÇÃO	Hambúrguer de ervilha	Ovo Frito	Ovo Frito	Omelete	Ovo Frito	Ovo Poché	Omelete
Guarnição	Virado de couve	Batata Palha	Nhoque ao sugo	Polenta ao sugo	Repolho Refogado	Mista de verde	Legumes sauté
Sobremesa	Sagu	Melão	Mexerica	Pudim de Chocolate com Banana Caramelada	Curau	Maça	Pavê de Chocolate
	JANTAR						
Salada	Grão de Bico/ Acelga	Mista Verde	Beterraba Cozida/Alface	Alface/ Frutas	Alface Crespa	Sopa de legumes	Escarola
ARROZ FEIJÃO	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão
Prato Principal	Strogonoff de Carne	Bife à milanesa	Frango com quiabo	Linguíça Toscana	Filé de Frango	Bisteca em cubos	Cupim ao Molho Roty
OPÇÃO	Ovo Frito	Ovo Frito	Omelete	Ovo Frito	Ovo Poché	Omelete	Ovo Cozido
Guarnição	Batata Palha	Nhoque ao sugo	Polenta ao sugo	Repolho Refogado	Mista verde	Legumes sauté	Batata Rústica
Sobremesa	Melão	Mexerica	Pudim de Chocolate com Banana Caramelada	Curau	Maça	Pavê de Chocolate	Pão de mel

BALCÃO SAUDÁVEL

	14/07/2025	15/07/2025	16/07/2025	17/07/2025	18/07/2025
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	ALMOÇO				
Prato Principal	Filé de frango grelhado	Panqueca de Carne	Isca de frango acebolada	Bife de panela	Cação ao Molho
Guarnição 1	Abobrinha	Batata corada	Cenoura	Brócolis	Berinjela
Guarnição 2	Mista verde	Escarola	Couve Manteiga	Acelga	Couve flor ao vinagrete