

**Cardápio de almoço - Unidade Vila Ipojuca**

2ª FEIRA (31/03)	3ª FEIRA (01/04)	4ª FEIRA (02/04)	5ª FEIRA (03/04)	6ª FEIRA (04/04)
Salada de alface, couve, tomatinho e ovo de codorna, arroz integral, arroz, feijão, filé de frango grelhado, quibe de abóbora com creme de ricota, couve refogada, frutas variadas	Salada de alface, tomate, cenoura e cebola roxa temperada, arroz integral, arroz, feijão preto, carne de panela, purê de batata, brócolis e couve-flor, frutas variadas	Salada de alface, tomate, cenoura e pepino, arroz integral, arroz, feijão, fricassê de frango e milho, cupcake de ovo, vagem com alho-poró, frutas variadas	Salada de alface, tomate, pepino e caponata de abobrinha, arroz de forno, arroz, feijão preto, filé de peixe grelhado, cupcake de ovo, batata-doce grelhada, salada de frutas	Salada de alface, tomatinho, milho e ovo, arroz, feijão, penne ao molho de tomate, carne moída refogada, vagem e cenoura, frutas variadas
2ª FEIRA (07/04)	3ª FEIRA (08/04)	4ª FEIRA (09/04)	5ª FEIRA (10/04)	6ª FEIRA (11/04)
Salada de alface, cenoura e vinagrete, arroz integral, arroz, feijão preto, carne em tirinhas, farofa, brócolis, frutas variadas	Salada de alface, tomate, cenoura e ovo de codorna, arroz, feijão, espaguete ao molho de tomate e molho branco, sobrecoxa de frango assada, cenoura no forno, frutas variadas	Salada de alface, tomate, cenoura e beterraba cozida, arroz de forno, arroz, feijão, cupim com cenoura no forno, farofa de couve, salada de frutas	Salada de alface, tomate, pepino, grão-de-bico e cebola roxa temperada, arroz integral, arroz, feijão, tirinhas de frango grelhado, creme de milho, frutas variadas	Salada de alface, tomate, cenoura e pepino, arroz integral, arroz, feijão preto, filé de peixe grelhado, cupcake de ovo, batata-doce grelhada, banana-da-terra grelhada, frutas variadas
2ª FEIRA (14/04)	3ª FEIRA (15/04)	4ª FEIRA (16/04)	5ª FEIRA (17/04)	6ª FEIRA (18/04)
Salada de alface, repolho roxo, tomate e cenoura, arroz integral, arroz, feijão preto, estrogonofe de frango, batatinha ao murro, frutas variadas	Salada de alface, repolho roxo, tomate e caponata de abobrinha, arroz com cenoura, arroz, feijão, filé de peixe, cupcake de ovo, escondidinho vegetariano, banana-da-terra, frutas variadas	Salada de alface, tomate, pepino e ovo, arroz, feijão preto, lasanha de queijo, almôndegas no forno, cenoura, brócolis e milho, frutas variadas	Salada de alface, tomate, cenoura e beterraba, arroz integral, arroz, feijão, maminha no forno, batata gratinada, vagem, salada de frutas	FERIADO
2ª FEIRA (21/04)	3ª FEIRA (22/04)	4ª FEIRA (23/04)	5ª FEIRA (24/04)	6ª FEIRA (25/04)
FERIADO	Salada de alface, rúcula, tomate, cenoura, cebola roxa temperada, arroz integral, arroz, feijão preto, filé de frango grelhado, creme de milho, brócolis refogado, frutas variadas	Salada de alface, tomate, pepino e lentilha, arroz com cenoura, arroz, feijão, filé de peixe, cupcake de ovo, banana-da-terra grelhada, chuchu ao molho branco, salada de frutas	Salada de alface, rúcula, tomatinho e ovo de codorna, arroz, feijão, yakissoba, tirinhas de frango, frutas variadas	Salada de alface, tomate, pepino e milho, arroz, feijão preto, hambúrguer de carne, batata palito assada, frutas variadas
2ª FEIRA (28/04)	3ª FEIRA (29/04)	4ª FEIRA (30/04)	5ª FEIRA (01/05)	6ª FEIRA (02/05)
Salada de alface, tomate, cenoura, beterraba e ovo de codorna, arroz integral, arroz, feijão preto, fricassê de frango e milho, ovo mexido, couve refogada, frutas variadas	Salada de alface, cenoura e vinagrete, arroz à grega, arroz, feijão, carne em tirinhas, farofa, brócolis refogado, frutas variadas	Salada de alface, tomate, cenoura e guacamole com torradinhas de pão sírio, arroz, feijão, panqueca de carne, milho, frutas variadas	FERIADO	RECESSO
Opção do prato principal: bife ou frango ou ovo.				
Diariamente: duas opções de frutas.				