

Grupo Angá							
DATA	Serviço	Prato proteico	Opção Vegetariana	Guarnição	Salada		Sobremesa
	Almoço						
	Jantar						
	Almoço						
	Jantar						
4ºf 01/11/2017	Almoço	Bife acebolado	Berinjela recheada com pts clara	Abóbora Cozida	Catalonha com milho	Pepino com salsa	Laranja
	Jantar	Filé de merluza ao molho	Hambúrguer de grão-de- bico	Macarrão Alho e Óleo	Couve com Escarola	Ratatouille	Maçã
5ºf 02/11/2017	Almoço	<b>FERIADO</b>					
	Jantar						
6ª f 03/11	Almoço						
	Jantar						

<b>DATA</b>	<b>Serviço</b>	<b>Prato proteico</b>	<b>Opção Vegetariana</b>	<b>Guarnição</b>	<b>Salada</b>		<b>Sobremesa</b>
Segunda Feira 06/11	Almoço	Picadinho de coxão duro ensopado	Ovos ao forno	Cenoura cozida	Alface com tomate	Mix de Grãos	Melão
	Jantar	Lagarto ao molho ferrugem	PTS refogado com milho e ervilha	Espinafre refogado	Pepino com salsa	Chuchu com Nabo	Melancia
Terça feira 07/11	Almoço	Escondidinho de carne seca	Hambúrguer de PTS	Couve refogada	Mix de Repolho	Cenoura Ralada com Ervilha	Doce de Mamão
	Jantar	Filé de merluza ao molho	Almôndega de lentilha	Polenta	Almeirão com Alface	Berinjela com Cebola	Banana
Quarta feira 08/11	Almoço	Lombo assado	Cuscuz Vegetariano	Mix de Legumes Sauté	Alface com tomate	Tabule	Abacaxi
	Jantar	Frango Grelhado	Abobrinha Recheado com Ricota	Farofa	Couve Manteiga com Laranja	Mix de Grãos (soja e fradinho)	Laranja
Quinta feira 09/11	Almoço	Filé de pescada grelhado	Batata recheada com PTS e queijo mussarela	Macarrão Alho e Óleo	Espinafre com cebola	Chuchu com orégano	Maçã
	Jantar	Copa Lombo	Omelete	Mandioca Sauté	Agrião com Alface Roxa	Nabo e Cenoura	Goiaba
Sexta feira 10/11	Almoço	Coxa e sobrecoxa de frango assado	PTS Refogada	Creme de Milho	Escarola com Catalonha	Abobrinha ao Vinagrete	Banana
	Jantar	Bife de coxão duro grelhado acebolado	Charuto de couve com grão-de-bico	Purê de Cenoura	Acelga com Laranja	Mix de Grãos	Melancia

DATA	Serviço	Prato proteico	Opção Vegetariana	Guarnição	Salada		Sobremesa
Segunda feira 13/11	Almoço	Filé de peito de frango grelhado	Hambúrguer de lentilha	Macarrão com orégano	Catalonha com repolho branco	Tabule	Abacaxi
	Jantar	Filé de merluza empanado	Ovos ao forno	Brócolis, cenoura e chuchu	Espinafre com tomate	Beterraba com Cebola	Laranja
Terça feira 14/11	Almoço	Bife à rolê	Berinjela recheada com ricota	Batata sauté	Mix de Alface	Chuchu com Cheiro Verde	Doce de maçã
	Jantar	Linguiça Acebolada	Cuscuz Vegetariano	Cenoura Gratinada	Couve com Agrião	Abobrinha Ralada Com milho	Melão
Quarta feira 15/11	Almoço	<b>FERIADO</b>					
	Jantar						
Quinta feira 16/11	Almoço	Sassami Grelhado	Almôndega de PTS	Mandioca cozida	Chicória com Nabo	Ratatouille	Goiaba
	Jantar	Lombo assado	Charuto	Abóbrinha cozida	Pepino com salsa	Feijão branco temperado	Mamão
Sexta feira 17/11	Almoço	Carne Moída ref.	Omelete com queijo	Abóbora sauté	Mix de Repolho	Rabanete com Beterraba	Banana
	Jantar	Coxa e sobrecoxa de frango assado	PTS Refogada	Escarola refogada	Acelga com Escarola	Cenoura Ralada com Ervilha	Laranja Pêra

DATA	Serviço	Prato proteico	Opção Vegetariana	Guarnição	Salada	Sobremesa	
Segunda feira 20/11	Almoço	<b>FERIADO</b>					
	Jantar						
Terça feira 21/11	Almoço	Filé de pescada grelhado	Kibe de forno de PTS	Batata Corada	Repolho Branco com Alface	Soja vinagrete	Laranja
	Jantar	Bife (Coxão duro) grelhado acebolado	Omelete com brócolis	Farofa	Rúcula com Tomate	Feijão Branco com tomate	Goiaba
Quarta feira 22/11	Almoço	Frango xadrez (Filé de peito de frango)	Strogonoff de PTS	Repolho refogado	Mix de Alface	Cenoura ralada com Beterraba	Doce de Banana
	Jantar	Linguiça acebolada	Abobrinha recheada com ricota	Virado de couve	Escarola com Couve	Pepino com Tomate	Melão
Quinta feira 23/11	Almoço	Lagarto ao Molho	Hamburguer de Lentilha	Mandioca	Repolho Roxo com Acelga	Abobrinha Ralada	Banana
	Jantar	Coxa e sobrecoxa de frango assado	Escondidinho de PTS	Berinjela refogada	Mix de folhas	Berinjela Curtida	Abacaxi
Sexta feira 24/11	Almoço	Bife de coxão duro grelhado acebolado	Ovo	Abobrinha Refogada	Espinafre com alface lisa	Tabule	Mamão
	Jantar	Escondidinho de carne seca	PTS refogada	Escarola Ref.	Chicória com agrião	Salada Bicolor (cenoura e beterraba)	Salada de Frutas

<b>DATA</b>	<b>Serviço</b>	<b>Prato proteico</b>	<b>Opção Vegetariana</b>	<b>Guarnição</b>	<b>Salada</b>		<b>Sobremesa</b>
Segunda Feira 27/11	Almoço	Filé de pescada grelhado	Berinjela recheada com Ricota	Creme de espinafre	Acelga com alface crespa	Beterraba com Ervilha	Banana
	Jantar	Panqueca de carne moída (patinho)	Ovos ao forno	Repolho Refogado	Mix de Repolho	Bicolor (nabo e cenoura)	Maça
Terça feira 28/11	Almoço	Coxa e sobrecoxa de frango assado	Kibe de feijão preto	Couve refogada	Escarola com alface crespa	Chuchu com Cenoura	Laranja
	Jantar	Lombo assado	Tomate recheado com PTS	Abóbriinha refogada	Agrião com Chicória	Mix de Grãos	Doce de Maça
Quarta feira 29/11	Almoço	Filé de peito de frango grelhado	Almôndegas de lentilha	Berinjela refogada	Espinafre com alface lisa	Picles (cenoura, pepino e nabo)	Abacaxi
	Jantar	Strogonoff (Coxão duro)	Charuto de soja	Macarrão ao alho e óleo	Acelga com Couve	Beterraba com Cenoura	Mamão
Quinta feira 30/11	Almoço	Copa lombo	PTS refogado com cenoura e batata	Batata com Cenoura Sauté	Rúcula com Repolho	Pepino com Salsa	Melão
	Jantar	Bife de contrafilé acebolado	Berinjela recheada com ricota	Abóbora refogada	Escarola com Tomate	Ratatouille	Melancia