

DIA	SEMANA	PRATOS QUENTES	SOPA DO DIA	COMP. PROTEÍNA - INF.	SALADAS	FRUTAS
1/jul	SEGUNDA	ARROZ, FEIJÃO, MASSA NA MANTEIGA, CARNE MOIDA COM MOLHO, FRANGO CHAPEADO	SOPA DE CARNE COM LEGUMES			
2/jul	TERÇA	ARROZ, FEIJÃO, PURÊ DE BATATA, FRANGO ENSOPADO, ISCAS SUINO CHAPEADA	SOPA DE FRANGO COM LEGUMES	OMELETE	ALFACE, TOMATE E PEPINO SALADA	POKAN
3/jul	QUARTA	ARROZ, FEIJÃO, ARROZ CARRETEIRO(ISCAS DE CARNE E FRANGO), OVO FRITO	SOPA DE LETRINHAS COM LEGUMES	OMELETE	ALFACE, BRÓCOLIS E BETERRABA CRUA	BANANA
4/jul	QUINTA	ARROZ, FEIJÃO, ARROZ CARRETEIRO(ISCAS DE CARNE E FRANGO), OVO FRITO	CANJA DE FRANGO		ALFACE, CENOURA COZIDA E ACELGA	LARANJA
5/jul	SEXTA	ARROZ, FEIJÃO, BOLINHO DE ARROZ C/ LEGUMES, SOBRECOXA ASSADA, OMELETE	SOPA DE FEIJÃO		ALFACE, BETERRABA COZIDA, PEPINO SALADA	BANANA
5/jul	SEXTA	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA FRITA, FRANGO CHAPEADO	SOPA DE FRANGO COM LEGUMES	OMELETE	ALFACE, TOMATE, CENOURA CRUA	LARANJA
8/jul	SEGUNDA	ARROZ, FEIJÃO, MASSA NA MANTEIGA, CARNE DE PANELA, FRANGO CHAPEADO	SOPA DE CARNE COM LEGUMES			
9/jul	TERÇA	ARROZ, FEIJÃO, MASSA NA MANTEIGA, CARNE DE PANELA, FRANGO CHAPEADO	SOPA DE LEGUMES COM LETRINHAS	OMELETE	ALFACE, REPOLHO E CENOURA CRUA	BANANA
9/jul	TERÇA	ARROZ, FEIJÃO, BATATA PALHA, STROGONOFF DE CARNE, SUINO CHAPEADO	CANJA DE FRANGO	OMELETE	ALFACE ,CENOURA CRUA E CHUCHU	POKAN
10/jul	QUARTA	ARROZ, FEIJÃO, RISOTO DE BRÓCOLIS, SOBRECOXA CROCANTE, OVO FRITO	SOPA DE FEIJÃO		ALFACE, TOMATE E PEPINO SALADA	LARANJA
11/jul	QUINTA	ARROZ, FEIJÃO, BATATA ASSADA C/ PÁPRICA, CARNE DE PANELA, FRANGO CHAPEADO	SOPA DE FRANGO COM LEGUMES	OMELETE	ALFACE, BETERRABA COZIDA, CENOURA CRUA	BANANA
12/jul	SEXTA	ARROZ, FEIJÃO, CREME DE MILHO, FRANGO ENSOPADO, OMELETE	SOPA DE FRANGO COM LEGUMES		ALFACE FAT C/ CENOURA, TOMATE, PEPINO SALADA	LARANJA
15/jul	SEGUNDA	ARROZ, FEIJÃO, MASSA NA MANTEIGA, CARNE MOIDA COM MOLHO, FRANGO CHAPEADO	SOPA DE CARNE COM LEGUMES			
16/jul	TERÇA	ARROZ, FEIJÃO, MASSA NA MANTEIGA, CARNE MOIDA COM MOLHO, FRANGO CHAPEADO	SOPA DE FRANGO COM LEGUMES	OMELETE	ALFACE , ACELGA, BETERRABA CRUA	LARANJA
16/jul	TERÇA	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA, FRANGO ENSOPADO, OVO FRITO	SOPA DE FEIJÃO		ALFACE C/ ACELGA, CENOURA CRUA E PEPINO SALADA	BANANA
17/jul	QUARTA	ARROZ, FEIJÃO, LEGUMES SAUTÊ(BATATA, CENOURA E BRÓCOLIS), FRANGO A MILANESA	CANJA DE FRANGO	OMELETE	ALFACE, BETERRABA CRUA E CHUCHU	LARANJA
18/jul	QUINTA	ARROZ, FEIJÃO, AIPIM SAUTÊ COM VERDINHOS, SOBRECOXA ASSADA, CARNE DE PANELA	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	OMELETE	ALFACE, TOMATE E PEPINO SALADA	POKAN
19/jul	SEXTA	ARROZ, FEIJÃO, BATATA FRITA, BIFE CHAPEADO	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	OMELETE	ALFACE, CHUCHU E CENOURA CRUA	LARANJA
22/jul	SEGUNDA	ARROZ, FEIJÃO, MASSA NA MANTEIGA, CARNE DE PANELA, FRANGO CHAPEADO	SOPA DE LEGUMES COM LETRINHAS	OMELETE	ALFACE , REPOLHO, BETERRABA CRUA	BANANA
23/jul	TERÇA	ARROZ, FEIJÃO, MASSA NA MANTEIGA, CARNE DE PANELA, FRANGO CHAPEADO	CANJA DE FRANGO		ALFACE C/ REPOLHO, CHUCHU E TOMATE	POKAN
24/jul	QUARTA	ARROZ, FEIJÃO, PURÊ DE BATATA, CARNE DE PANELA, SUINO CHAPEADO	SOPA DE FEIJÃO	OMELETE	ALFACE, CENOURA COZIDA E PEPINO SALADA	LARANJA
25/jul	QUINTA	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA, FRANGO ENSOPADO, ISCAS COLORIDAS	SOPA DE FRANGO COM LEGUMES	OMELETE	ALFACE, BETERRABA COZIDA E TOMATE	BANANA
26/jul	SEXTA	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA, RISOTO DE FRANGO, CARNE DE PANELA	SOPA DE FRANGO COM LEGUMES	OMELETE	ALFACE, PEPINO SALADA E CENOURA CRUA	LARANJA
29/jul	SEGUNDA	ARROZ, FEIJÃO, MASSA NA MANTEIGA, CARNE MOIDA COM MOLHO, FRANGO CHAPEADO	SOPA DE LETRINHAS COM LEGUMES			
29/jul	SEGUNDA	ARROZ, FEIJÃO, MASSA NA MANTEIGA, CARNE MOIDA COM MOLHO, FRANGO CHAPEADO	SOPA DE FRANGO COM LEGUMES	OMELETE	ALFACE, TOMATE E PEPINO SALADA	LARANJA
30/jul	TERÇA	ARROZ, FEIJÃO, PURÊ DE BATATA, FRANGO ENSOPADO, ISCAS SUINA CHAPEADA	CANJA DE FRANGO	OMELETE	ALFACE, BRÓCOLIS E BETERRABA CRUA	BANANA
31/jul	QUARTA	ARROZ, FEIJÃO, ARROZ CARRETEIRO (ISCAS DE CARNE E FRANGO), OVO FRITO			ALFACE, CENOURA COZIDA E ACELGA	POKAN

**A KOGIN'S ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SE RESERVA O DIREITO DE ALTERAR QUALQUER PRATO SEM AVISO PRÉVIO, CASO FALTE ALGUM INSUMO PARA O PREPARO.

**A OPÇÃO DE FRUTAS E VERDURAS SÃO FEITAS DE ACORDO COM A ÉPOCA

NUTRICIONISTA JOANA ZIMMERMANN CRN 8881