

LBGS/2023 - 5ª SEMANA							
OUTUBRO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
	19/10/2026	20/10/2026	21/10/2026	22/10/2026	23/10/2026	24/10/2026	25/10/2026
	ALMOÇO						
	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão
MOLHOS	ACELGA E PEPINO	ALFACE + TOMATE COM CEBOLA	MISTA VERDE	TRICOLOR DE REPOLHO	ALFACE COM TOMATE E BETERRABA	MISTA VERDE	TABULE
Salada	Oriental	a moda	Oriental	Pesto	logurte	logurte	logurte
Prato Principal	FRANGO CAIPIRA	KIBE RECHEADO COM QUEIJO	BIFE A ROLÊ	PEIXE À DORÊ	LOMBO AO MOLHO AGRIDOCE	LAGARTO AO MOLHO MADEIRA	STROGONOFF DE CARNE
Guarnição	Almôndega de Soja	OVO FRITO	Ovo pochê	Omelete	Ovo cozido	Soja refogada	Ovo cozido
OPÇÃO	FAROFA COM TORRESMO	ESCAROLA AO BACON	MACARRÃO À CARBONARA	PURÊ MISTO	Repolho Roxo	VIRADO DE ACELGA	BATATA PALHA
Sobremesa	CURAU	MAMÃO	MELÃO	POEME	SPUMONE DE MORANGO	PUDIM BAIANO	MANJAR BRANCO
	JANTAR						
	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão
MOLHOS	ACELGA E PEPINO	ALFACE + TOMATE COM CEBOLA	MISTA VERDE	TRICOLOR DE REPOLHO	ALFACE COM TOMATE E BETERRABA	MISTA VERDE	TABULE
Salada	Vinagrete / Oriental	Vinagrete / a moda	Vinagrete / Oriental	Vinagrete / Pesto	Vinagrete / logurte	Vinagrete / logurte	Vinagrete / logurte
Prato Principal	FRANGO CAIPIRA	KIBE RECHEADO COM QUEIJO	BIFE A ROLÊ	PEIXE À DORÊ	LOMBO AO MOLHO AGRIDOCE	LAGARTO AO MOLHO MADEIRA	STROGONOFF DE CARNE
Guarnição	Almôndega de Soja	OVO FRITO	Ovo pochê	Omelete	Ovo cozido	Soja refogada	Ovo cozido
OPÇÃO	FAROFA COM TORRESMO	ESCAROLA AO BACON	MACARRÃO À CARBONARA	PURÊ MISTO	Repolho Roxo	VIRADO DE ACELGA	BATATA PALHA
Sobremesa	CURAU	MAMÃO	MELÃO	POEME	SPUMONE DE MORANGO	PUDIM BAIANO	MANJAR BRANCO

BALCÃO SAUDÁVEL					
OUTUBRO	19/10/2026	20/10/2026	21/10/2026	22/10/2026	23/10/2026
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Prato Principal	ISCA DE FRANGO	CARNE MOIDA RICA	CARNE ASSADA	PEIXE AO MOLHO	LOMBO ASSADO
Guarnição 1	Tomate com Ricota	Abobrinha	Batata sautê	Chuchu na Salsa	Beterraba
Guarnição 2	Escarola	Acelga	Mista verde	Couve refogada	repolho refogado