ALMOCO CENTRO PEDAGOGICO – JULHO DE 2024

	LANCHE MANHÃ		*SALADA*		*ACOMPANHAMENTO*		*PRATO PRINCIPAL*	*VEGETARIANO*	*GUARNIÇÃO*	*LANCHE DA TARDE*
01 - Seg	PAO DOCE UN	Chá Mate	Acelga	Tabule			Carne Assada	Soja Ref ogada com Legumes	Farof a de Repolho	
02 - Ter	BISCOITO MAIZENA	Abacate	Alf ace	Salada de Chuchu com Milho			Carne Moída com Azeitonas	Bif e de Milho	Angu ao Sugo	
03 - QUA	PAO FRANCES C/ MANTEIGA	Caf é com Leite	Alf ace Crespa	Salada de Beterraba Cozida	Arroz Branco	Feijão Carioca	Carne de Porco Frita	Cassoulet Vegetariano	Canjiquinha	Banana Nanica
04 - QUI	PAO DOCE UN	Suco de Maracujá	Acelga	Salada de Maionese com Repolho	Arroz Branco	Feijão Carioca	Strogonof f de Frango	Espinaf re com Ricota e Abobrinha	Batata Chips	Melancia
05 - SEX	Bolo de Chocolate	Vitamina de f rutas		Salada de Tomate	Arroz Branco	Feijão Carioca	Feijoada	Feijoada de Soja Tg	Couv e Ref ogada	Melão
08 - SEG	PAO FRANCES C/ MANTEIGA	ACHOCOLATADOL	Acelga	Salada de Maionese com Repolho			Carne de Porco Frita	Espinaf re com Ricota e Abobrinha	Canjiquinha com Couv e	
09-TER	BISCOITO MAIZENA	Vitamina de maracuja	Salada Grega	Salpicão de Cenoura			Frango gratinado com creme de milho	Torta Colorida	Paraf uso com Brócolis	
10 - QUA	PAO FRANCES C/ QUEIJO	Chá Mate	Acelga com Agrião	Salada de Beterraba Cozida	Arroz Branco	Feijão Carioca	Bif e de Panela	Quibe Assado com lentilha G	Chuchu Tropeiro	Abacaxi
11 - QUI	PAO DOCE UN	Caf é com Leite	Alf ace Crespa	Salada de Cenoura com Brócolis	Arroz Branco	Feijão Carioca	Isca de Frango à Milanesa	Cuscuz de legumes com coentro	Purê de Batata	Banana Prata
12 - SEX	Canjica com Amendoim e Coco	SUCO DE ABACAXI	Alf ace com Agrião	Salada de Tomate	Arroz Branco	Feijão Carioca	Copa Lombo Assado	Bolinho de Soja com Batata	Repolho Oriental	Melão
15 - SEG	PAO FRANCES C/ MANTEIGA	Caf é com Leite	Salada de Acelga	Tabule			Carne Cozida com Legumes	Escondidinho de soja	Virado de Cenoura	
16 - TER	BISCOITO MAIZENA	Vitamina de maracuja	Salada de Alf ace com Rúcula	Salada de Pepino ao Vinagrete			Frango Assado ao molho	Espinaf re com Ricota e Abobrinha	Angu ao Sugo	
17 - QUA	PAO DOCE	SUCO DE UVA	Acelga com Cenoura e Rúcula	Salada Dif erente	Arroz Branco	Feijão Carioca	Strogonof f de Carne	Cuscuz de legumes com coentro	Batata Chips	Abacaxi
18 - QUI	PAO FRANCES C/ QUEIJO	Chá Mate	Alf ace com Alf ace Roxa	Salada de Maionese com Repolho	Arroz Branco	Feijão Carioca	Fricassé de Frango	Bolinho de Grão de Bico	Paraf uso com Brócolis	Melancia
19 - SEX	Pipoca kg	Suco de maracuja	Alf ace Crespa	Salada de Tomate	Arroz Branco	Feijão Carioca	Feijoada	Torta Colorida	Virado de Couv e	Banana Nanica
22 - SEG	PAO DOCE UN	ACHOCOLATADO	Salada Grega	Salpicão de Legumes			Bif e de Panela	Espinaf re com Ricota e Abobrinha	Farof a de Repolho	
23 - TER	BISCOITO MAIZENA	Abacate	Alf ace Crespa	Salada de Maionese com Repolho			Frango gratinado com creme de milho	Bif e de Milho	Batata à Portuguesa	
24 - QUA	PAO FRANCES C/ MANTEIGA	Chá Mate	Acelga com Repolho Roxo	Salada de Tomate	Arroz Branco	Feijão Carioca	Bif e de Porco à Milanesa	Torta Colorida	Virado de Cenoura	Melancia
25 - QUI	PAO DOCE UN	SUCO DE ABACAXI	Alf ace	Tabule	Arroz Branco	Feijão Carioca	Asa de Frango Assada	Escondidinho de soja	Penne ao Manjericão	Banana Nanica
26 - SEX	MINGAU DE CHOCOLATE	BISCOITO MAIZENA	Alf ace com Agrião	Salada de Beterraba Cozida	Arroz Branco	Feijão Carioca	Feijoada	Quibe de Cenoura	Couv e Ref ogada	Melão