|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Composição** | ***2ª Feira (11/07/2022)*** | ***3ª Feira (12/07/2022)*** | ***4ª Feira (13/07/2022)*** | ***5ª Feira (14/07/2022)*** | ***6ª Feira (15/07/2022)*** | ***Sábado (16/07/2022)*** |
| **Salada** | Repolho bicolor | Alface picado | Almeirão picado | Acelga picada | Mix de folhas picadas | Repolho picado |
| Pepino fatiado | Beterraba ralada | Cebolete | Pepino marinado | Cenoura ralada | Beterraba ralada |
| **Prato proteico** | Isca de carne acebolada | Filé de sassami grelhado | Carne moída | Filé de peixe empanado | Isca de frango acebolada | Feijoada |
| **Opção vegana** | Grão de bico ao vinagrete | Tomate recheado com feijão branco | Lentilha com cenoura | Ervilha com milho | Proteína de soja ao vinagrete | Feijoada vegana |
| **Guarnição** | Farofa  | Purê de batata | Macarrão ao alho e óleo | Pirão de legumes | Polenta ao sugo | Farofa de couve |
| **Prato base** | Arroz branco | Arroz branco | Arroz branco | Arroz branco | Arroz branco | Arroz branco |
| Arroz integral | Arroz integral | Arroz integral | Arroz integral | Arroz integral | Arroz integral |
| Feijão de caldo | Feijão de caldo | Feijão de caldo | Feijão de caldo | Feijão de caldo | Feijão de caldo |
| **Sobremesa** | Laranja | Banana | Mamão | Melancia | Banana | Laranja |