Cópia de Lanche Integral Julho a Dezembro

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 30/11/26	TERÇA - 01/12/26	QUARTA - 02/12/26	QUINTA - 03/12/26	SEXTA - 04/12/26
Lanche da manhã	Macarrão espaguete | Carne moída com extrato de tomate	Feijão preto | Arroz cozido | Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate | Batata com extrato de tomate | Fruta Maça	Chá com açúcar | Biscoito doce chocolate (rosquinha) | Fruta mamão	Farofa de repolho e cenoura | Ovo mexido | Arroz cozido | Fruta Laranja	Risoto de carne (arroz, carne bovina, cheiro verde) | Salada de Pepino | Fruta banana

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 07/12/26	TERÇA - 08/12/26	QUARTA - 09/12/26	QUINTA - 10/12/26	SEXTA - 11/12/26
Lanche da manhã	Canjiquinha com carne suína	Feijão preto | Arroz cozido | Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada | Refogado Abobrinha picada simples | Salada de tomate | Fruta Maça	Biscoito cream cracker | Suco morango (polpa) | Fruta banana	Carne suína pernil refogado | Arroz cozido | Feijão (virado/farinha mandioca) | Salada de Pepino | Fruta Laranja	Sopa musculo, batata/cenoura/repolho mac caramujinho | Fruta Manga rosa

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 14/12/26	TERÇA - 15/12/26	QUARTA - 16/12/26	QUINTA - 17/12/26	SEXTA - 18/12/26
Lanche da manhã	Polenta com molho de carne moída	Feijão preto | Arroz cozido | Salada de tomate | Carne músculo picado com extrato de tomate | Refogado Abobrinha picada simples | Fruta banana	Pudim de coco | Fruta morango (calda)	Feijão preto | Arroz cozido | Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate | Batata sauté | Fruta Maça	Risoto de carne (arroz, carne bovina, cheiro verde) | Salada de Pepino

Observações: _____