



# MENU KIDS



## JUL 2022 – CURSO DE FÉRIAS

| SEG                                                                                                                                          | TER                                                                                                                                                       | QUA                                                                                                                                        | QUI                                                                                                                                    | SEX                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                              |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                            |                                                                                                                                        | <b>01</b>                                                                                                                          |
|                                                                                                                                              |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                            |                                                                                                                                        | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Folhas c/ cenoura<br>Macarrão alho e óleo c/<br>Frango grelhado<br>Fruta      |
| <b>04</b>                                                                                                                                    | <b>05</b>                                                                                                                                                 | <b>06</b>                                                                                                                                  | <b>07</b>                                                                                                                              | <b>08</b>                                                                                                                          |
| <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Arroz<br>Feijão<br>Omelete de queijo<br>Brócolis Refogado<br>Fruta                      | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Folhas variadas<br>Arroz / Feijão<br>Frango desfiado c/ creme<br>de milho e batata palha<br>Gelatina | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Arroz / Feijão<br>Bife acebolado<br>Legume Refogado<br>Farofa c/ banana<br>Fruta      | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Folhas c/ cenoura<br>Arroz / Feijão<br>Frango grelhado<br>Purê Misto<br>Gelatina  | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Folhas c/ beterraba<br>Arroz<br>Estrogonofe de carne<br>Batata palha<br>Fruta |
| <b>11</b>                                                                                                                                    | <b>12</b>                                                                                                                                                 | <b>13</b>                                                                                                                                  | <b>14</b>                                                                                                                              | <b>15</b>                                                                                                                          |
| <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Arroz<br>Feijão<br>Omelete<br>Legume refogado<br>Fruta                                  | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Salada de cenoura c/<br>tomate<br>Macarrão alho e óleo<br>Frango assado<br>Gelatina                  | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Arroz<br>Feijoada apenas com<br>carne e calabresa<br>Farofa e couve refogada<br>Fruta | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Arroz / Feijão<br>Carne de panela c/<br>Legumes<br>Gelatina                       | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Folhas variadas<br>Arroz / Feijão<br>Isca de frango<br>Fruta                  |
| <b>18</b>                                                                                                                                    | <b>19</b>                                                                                                                                                 | <b>20</b>                                                                                                                                  | <b>21</b>                                                                                                                              | <b>22</b>                                                                                                                          |
| <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Salada de tomate e<br>pepino<br>Arroz<br>Estrogonofe de frango<br>Batata palha<br>Fruta | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Arroz / Feijão<br>Carne moída c/ batata<br>e cenoura<br>Gelatina                                     | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Folhas variadas<br>Macarrão ao sugo<br>Frango assado<br>Fruta                         | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Arroz / Feijão<br>Omelete de queijo com<br>tomate<br>Legumes refogado<br>Gelatina | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Arroz<br>Feijão<br>Isca de carne<br>Purê de batata<br>Fruta                   |
| <b>25</b>                                                                                                                                    | <b>26</b>                                                                                                                                                 | <b>27</b>                                                                                                                                  | <b>28</b>                                                                                                                              | <b>29</b>                                                                                                                          |
| <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Arroz/Feijão<br>Ovos mexidos<br>Espinafre<br>Refogado<br>Fruta                          | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Salada de batata<br>Arroz<br>Feijão branco c/ frango<br>desfiado e linguiça<br>calabresa<br>Gelatina | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Salada de chuchu<br>Arroz / Feijão<br>Bife acebolado<br>Fruta                         | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Folhas c/ beterraba<br>Arroz<br>Lasanha à bolonhesa<br>Gelatina                   | <b>LANCHE LIVRE</b><br><br><b>ALMOÇO E JANTAR</b><br>Folhas variadas<br>Arroz de forno<br>c/ frango<br>legumes<br>Fruta            |

