

2010SEGUNDA 26/07/2010	TERÇA 27/07/2010	QUARTA 28/07/2010	QUINTA 29/07/2010	SEXTA 30/07/2010	DOMINGO 01/08/2010
<p>FRANGO Fricassé de frango com ervas</p> <p>PEIXE Bacalhau à Gomes de Sá</p> <p>VEGETARIANO Torta integral de soja com tofu e espinafre</p> <p>MASSA Bifum com shitake e gergelim</p> <p>ESPECIALIDADES Crepe de berinjela ao molho de tahine Quiche de alho poró Legumes grelhados</p> <p>ACOMPANHAMENTOS Arroz cateto integral Arroz branco Feijão carioca Farofa com cebola</p> <p>SOPAS Canja c/ arroz integral Sopa de legumes Sopa de feijão c/ macarrão Sopa tailandesa</p> <p>PATÊ Berinjela</p>	<p>FRANGO Lasanha de frango</p> <p>PEIXE Peixada de dourada e pescada</p> <p>VEGETARIANO Panqueca de soja</p> <p>MASSA Macarrão integral ao molho branco com cogumelos</p> <p>ESPECIALIDADES Calzone de tofu, tomate seco e brócolis Creme de milho Ervilha torta à chinesa</p> <p>ACOMPANHAMENTOS Arroz cateto integral Arroz branco Lentilha Farofa de alho poró</p> <p>SOPAS Canja c/ arroz integral Sopa de legumes Creme de cebola Sopa de lentilha</p> <p>PATÊ Cenoura e azeitona com tofu</p>	<p>FRANGO Frango xadrez</p> <p>PEIXE Bobo de camarão</p> <p>VEGETARIANO Proteína ao molho madeira com couve bruxelas</p> <p>MASSA Nhoque de arroz ao molho sugo e manjericão</p> <p>ESPECIALIDADES Torta de batata com creme de cenoura Legumes grelhados Esfirra de tofu com espinafre</p> <p>ACOMPANHAMENTOS Arroz cateto integral Arroz branco Feijão jalo Farofa com couve</p> <p>SOPAS Canja c/ arroz integral Sopa de legumes Creme de palmito Caldo Brasileiro</p> <p>PATÊ Alcaparras</p>	<p>FRANGO Filé de frango ao creme de espinafre</p> <p>PEIXE Filé de robalo com palmito e castanhas</p> <p>VEGETARIANO Hambúrguer de proteína</p> <p>MASSA Tortelloni verde com ricota, passas e nozes</p> <p>ESPECIALIDADES Vatapá de abóbora Acarajé de soja Berinjela ao forno</p> <p>ACOMPANHAMENTOS Arroz cateto integral Arroz branco Feijão carioca Farofa de banana</p> <p>SOPAS Canja c/ arroz integral Sopa de legumes Creme de cebola Consumê de abóbora c/ tofu</p> <p>PATÊ Tofu 7 ervas</p>	<p>FRANGO Empadão integral de frango</p> <p>PEIXE Filé de badejo ao molho de maracujá e alcaparras</p> <p>VEGETARIANO Bolinhos de soja com cenoura e erva doce</p> <p>MASSA Rondeli ao molho de tomate</p> <p>ESPECIALIDADES Batata corada Tomate recheado com tofu, cenoura, rúcula e gergelim Jardineira de legumes</p> <p>ACOMPANHAMENTOS Arroz integral Arroz branco Feijoada vegetariana Farofa de cenoura</p> <p>SOPAS Canja c/ arroz integral Sopa de legumes Sopa de feijão c/macarrão Creme de batata com alho poró</p> <p>PATÊ Húmus (grão de bico)</p>	<p>FRANGO Filé de frango ao vinho branco</p> <p>PEIXE Salmão ao forno com tomilho e molho de limão</p> <p>VEGETARIANO Rocambole de proteína tofu, tomate seco e espinafre</p> <p>MASSA Yakissoba</p> <p>ESPECIALIDADES Torta de legumes Pastelzinho de banana Sufilé de batatas</p> <p>ACOMPANHAMENTOS Arroz cateto integral Arroz colorido Feijão carioca Farofa com feijão verde</p>