

FEVEREIRO		ALMOÇO ALPHAVILLE			
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	2	3	4	5	6
Proteína Veg	Bifinho à Milanese	Strogonoff Vegetariano	Feijoada Vegetariana	Molho à Bolonhesa	Nuguets
Preparo ovos	Ovo Cozido/ovo mexido	Ovo Cozido/ovo mexido	Ovo estalado/ ovo mexido	Ovo Cozido/ovo mexido	Omelete/ovo cozido
Guarnição 1	Gratinado de legumes	Batata Palha	Couve Refogada	Seleta de Legumes	Milho cozido
Guarnição 2	Purê de Batata	Brócolis ao alho e óleo	Anéis de Cebola	Espagete ao alho e óleo	Delícia de Batata
Prato Base	Arroz branco/ Feijão Carioca	Arroz branco e integral/ Feijão Carioca	Arroz branco	Arroz branco e integral/ Feijão Carioca	Arroz branco / Feijão Preto
Salada	Folhas, legumes, Vegetais e acompanhamentos	Folhas, legumes, Vegetais e acompanhamentos	Folhas, legumes, Vegetais e acompanhamentos	Folhas, legumes, Vegetais e acompanhamentos	Folhas, legumes, Vegetais e acompanhamentos
Bebida	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta
Sobremesa	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Mousse de Maracujá
	9	10	11	12	13
Proteína Veg	Torta de carne moída Veg	Strogonoff Vegetariano	Feijoada Vegetariana	Nuguets	Fricassé de Frango Veg
Preparo ovos	Ovo Cozido/ovo mexido	Ovo Cozido/ovo mexido	Ovo estalado/ ovo mexido	Ovo Cozido/ovo mexido	Omelete/ovo cozido
Guarnição 1	Ratatule	Batata Palha	Couve Refogada	Lasanha Brócolis	Crocantes de Palitos de Abobrinha
Guarnição 2	Batata Sauté	Brócolis ao alho e óleo	Mandioca frita	Mix de Legumes assados	Fusili à primavera
Prato Base	Arroz branco/ Feijão Carioca	Arroz branco e integral/ Feijão Carioca	Arroz branco	Arroz branco e integral/ Feijão Carioca	Arroz branco / Feijão Preto
Salada	Folhas, legumes, Vegetais e	Folhas, legumes, Vegetais e	Folhas, legumes, Vegetais e	Arroz branco e integral/ Feijão Carioca	Folhas, legumes, Vegetais e
Bebida	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta
Sobremesa	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Picolé de Fruta
	16	17	18	19	20
Proteína Veg	FERIADO	FERIADO	Feijoada Vegetariana	Bolonhesa	Bifinho à Milanese
Preparo ovos			Ovo estalado/ ovo mexido	Ovo Cozido/ovo mexido	Omelete/ovo cozido
Guarnição 1			Couve Refogada	Nhoque ao molho sugo	Creme de Milho
Guarnição 2			Polenta Palito	Couve-flor na manteiga	Batata Sauté
Prato Base			Arroz branco e integral	Arroz branco e integral/ Feijão Carioca	Arroz branco e integral/ Feijão
Salada			Folhas, legumes, Vegetais e	Folhas, legumes, Vegetais e	Folhas, legumes, Vegetais e
Bebida			Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta
Sobremesa			Fruta da Estação	Fruta da Estação	Flan de Baunilha
	23	24	25	26	27
Proteína Veg	Tirinhas de carne veg à Milanese	Strogonoff Vegetariano	Feijoada Vegetariana	Panqueca de Espinafre com 3 queijos ao	Molho à Bolonhesa
Preparo ovos	Ovo Cozido/ovo mexido	Ovo Cozido/ovo mexido	Ovo estalado/ ovo mexido	Ovo Cozido/ovo mexido	Omelete/ovo cozido
Guarnição 1	Mac'n cheese	Batata Palha	Couve Refogada	Nuguets	Fusilli ao alho e óleo
Guarnição 2	Abóbriinha Italiana Assada	Brócolis ao alho e óleo	Batata Palito	Seleta de Legumes na manteiga	Crumble de Legumes
Prato Base	Arroz branco/ Feijão Carioca	Arroz branco e integral/ Feijão Carioca	Arroz branco	Arroz branco e integral/ Feijão Carioca	Arroz branco / Feijão Preto
Salada	Folhas, legumes, Vegetais e acompanhamentos	Folhas, legumes, Vegetais e acompanhamentos	Folhas, legumes, Vegetais e acompanhamentos	Folhas, legumes, Vegetais e acompanhamentos	Folhas, legumes, Vegetais e acompanhamentos
Bebida	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta
Sobremesa	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Açaí + Acompanhamento

FEVEREIRO		LANCHE DA TARDE ALPHAVILLE				
Opções	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
	2	3	4	5	6	
Principal	Mini pizza	Bolo Formigueiro	Flocos de milho	Mini Pão de Queijo	Sanduche Natural	
Adicional	Biscoito artesanal de leite	Pipoca Salgada	Bisnaguinha com requeijão	Bolo de Cenoura	Pipoca doce	
Fruta	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	
Bebida	Suco de fruta/Água	Suco de fruta/Água	logurte/ Água	Suco de fruta/Água	Suco de fruta/Água	
	9	10	11	12	13	
Principal	Mini pizza	Bolinho de Chuva	Sanduche Natural	Açaí com granola e leite em pó	Mini Pão de Queijo	
Adicional	Biscoito artesanal de limão	Biscoito de Polvilho	Bolo Mesclado	Bisnaguinha com Requeijão e queijo	Muffin de Cacau	
Fruta	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	
Bebida	Suco de fruta/Água	Suco natural e água	Suco natural e água	Suco de fruta/Água	Suco de Fruta/Água	
	16	17	18	19	20	
Principal	FERIADO	FERIADO	Mini Esfiha de Carne Veg	Bolo de Cenoura	Bisnaguinha com Creme de Avelã	
Adicional			Pipoca Doce	Biscoito de Polvilho	Pipoca Salgada	
Fruta			Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	
Bebida			Milkshake de Morango/Água	Suco de fruta/Água	Suco de fruta/Água	
	23	24	25	26	27	
Principal	Mini pizza	Bolo de Chocolate	Panqueca de Banana	Pão Francês com Manteiga e queijo	Sanduche Natural	
Adicional	Biscoito artesanal de amendoim	Petit four de Gergelim	Pipoca Salgada	Broa de Fubá	Muffin de Limão	
Fruta	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	
Bebida	Suco de fruta/Água	Suco e água	Suco de fruta/Agua	Vitamina de Frutas/Agua	Suco natural e água	