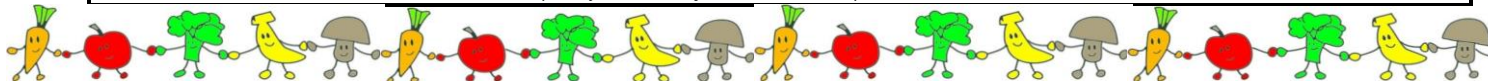


Dia da Semana Data		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira 1/11	Quinta-feira 2/11	Sexta-feira 3/11
R E F E I Ç Ã O	Prato Principal			Quibe de forno Ovos mexidos Escarola refogada	FERIADO	RECESSO
	Opção			Arroz		
	Guarnição			Feijão carioca Cenoura ralada Melancia		
	Prato Base			Água		
	Salada					
Sobremesa						
Bebida						
*cesta de frutas diariamente						
Cardápio sujeito a alterações mediante a disponibilidade de alimentos.						



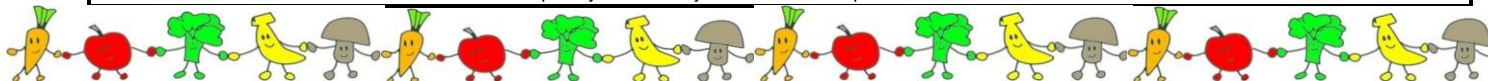
Qualyfood - Assessoria e Consultoria em Nutrição

R. Cláudio Franchi, 663-B - CEP 05633-000 - Vila Sônia

(11) 5565-0644 | atendimento@qualyfood.com.br

www.qualyfood.com.br

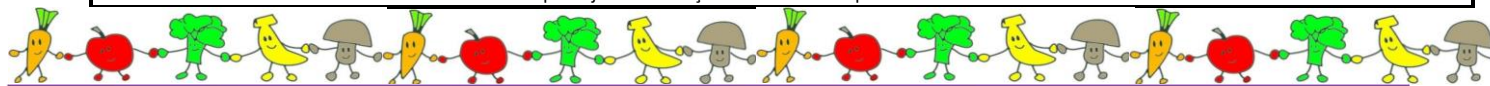
Dia da Semana Data		Segunda-feira 6/11	Terça-feira 7/11	Quarta-feira 8/11	Quinta-feira 9/11	Sexta-feira 10/11
R E F E I Ç Ã O	Prato Principal	Picadinho de carne com batata e cenoura	Sobrecoxa assada com alecrim	Feijoada light (feijão preto, carne bovina, paio)	Filé de frango grelhado	Lombo assado com batata doce e ervas
	Opção	Ovo mexido	Ovo cozido	Omelete	Ovo mexido	Ovo cozido
	Guarnição	-	Abobrinha refogada	Farofa de legumes	Espaguete ao molho nutritivo	Brócolis ao alho
	Prato Base	Arroz branco/ Arroz integral	Arroz	Arroz	Opcional: Arroz	Arroz
	Salada	Alface e tomate cereja	Feijão carioca	-	Feijão carioca	Feijão carioca
	Sobremesa	Mexerica	Alface americana e cenoura ralada	Couve fininha	Pepino com tomate e gergelim	Beterraba ralada
Bebida	Água com hortelã	Banana	Laranja	Melão	Mousse de limão	
		Água	Água com rodela de limão	Água	Água/ Suco de laranja	
*cesta de frutas diariamente						
Cardápio sujeito a alterações mediante a disponibilidade de alimentos.						



Qualyfood - Assessoria e Consultoria em Nutrição

Rv Cláudio Franchi, 663-8 - CEP 05633-000 - Vila Sônia
(11) 5565-0644 | atendimento@qualyfood.com.br
www.qualyfood.com.br

Dia da Semana Data		Segunda-feira 13/11	Terça-feira 14/11	Quarta-feira 15/11	Quinta-feira 16/11	Sexta-feira 17/11
R E F E I Ç Ã O	Prato Principal	Frango cozido em cubos	Costela ao molho barbecue	FERIADO	Fricassê de frango	Macarrão ao molho nutritivo bolonhesa
	Opção	Omelete	Ovos mexidos		Ovos cozidos	Omelete
	Guarnição	Abóbora cozida	Milho verde cozido		Berinjela assada com tomate e orégano	Couve flor com salsa
	Prato Base	Arroz	Arroz		Arroz	Opcional: Arroz
	Salada	Feijão carioca	Feijão carioca		Feijão carioca	Feijão carioca
	Sobremesa	Repolho bicolor	Alface americana		Acelga fininha com cenoura ralada	Pepino
	Bebida	Melão	Carambola		Abacaxi	Pudim de leite
	Água	Água com rodela de laranja	Água	Água/ Suco de melancia		
*cesta de frutas diariamente						
Cardápio sujeito a alterações mediante a disponibilidade de alimentos.						



QualityFood - Assessoria e Consultoria em Nutrição
 Rtv Cláudio Franchi, 663-B - CEP 05633-000 - Vila Sônia
 (11) 5565-0644 | atendimento@qualityfood.com.br
 www.qualityfood.com.br

Dia da Semana Data		Segunda-feira 20/11	Terça-feira 21/11	Quarta-feira 22/11	Quinta-feira 23/11	Sexta-feira 24/11
R E F E I Ç Ã O	Prato Principal	FERIADO	Frango xadrez	Estrogonofe de frango	Filé de peixe grelhado	Almondegas caseiras assadas
	Opção		Ovos mexidos	Ovos cozidos	Omelete	Ovos mexidos
	Guarnição		Macarrão Yakissoba	Batata palito assada	Purê misto de abóbora e mandioquinha	<i>Penne</i> ao sugo nutritivo
	Prato Base		Arroz	Arroz branco/ Arroz integral	Arroz	Opcional: Arroz
	Salada		Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
	Sobremesa		Beterraba meia lua	Repolho	Acelga com milho	Escarola fininha com tomate
	Bebida		Pera	Melancia	Mexerica	Pudim de chocolate
	Água	Água com rodela de limão	Água	Água/ Suco de maracujá		
*cesta de frutas diariamente						
Cardápio sujeito a alterações mediante a disponibilidade de alimentos.						





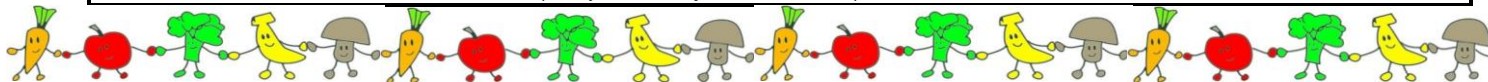
Qualityfood - Assessoria e Consultoria em Nutrição
 Av. Cláudio Franchi, 663-B - CEP 05633-000 - Vila Sônia
 (11) 5565-0644 | atendimento@qualityfood.com.br
 www.qualityfood.com.br



KINDY ESCOLA AMERICANA

QualityFood

Dia da Semana Data		Segunda-feira 27/11	Terça-feira 28/11	Quarta-feira 29/11	Quinta-feira 30/11	Sexta-feira 1/12
R E F E I Ç Ã O	Prato Principal	Carne cozida com mandioca	Iscas de frango grelhadas	Rocambolo de carne	Sobrecoxa assada ao molho de ervas	Lombo suíno assado
	Opção	Ovos cozidos	Omelete	Ovos mexidos	Ovos cozidos	Omelete
	Guarnição	Escarola refogada	Abobrinha refogada	Espaguete ao sugo nutritivo	Repolho refogado	Couve refoagda
	Prato Base	Arroz Feijão carioca	Arroz Lentilha	Opcional: Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão preto
	Salada	Pepino	Acelga fininha com tomate cereja	Caponata de berinjela	Alface com tomate	Vinagrete
	Sobremesa	Maçã	Manga	Gelatina	Melancia	Salada de frutas
	Bebida	Água com rodela de limão	Água	Água com hortelã	Água	Água/ Suco de bacaxi
*cesta de frutas diariamente						
Cardápio sujeito a alterações mediante a disponibilidade de alimentos.						



Qualityfood - Assessoria e Consultoria em Nutrição
 Av. Cláudio Franchi, 663-B - CEP 05633-000 - Vila Sônia
 (11) 5565-0644 | atendimento@qualityfood.com.br
 www.qualityfood.com.br