



Refeição/Dia	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
04 a 08 de maio	Molho de carne moída Macarrão Saladas	Bolo de banana com aveia, com calda (<i>água e cacau</i>) Fruta Bebida de soja	Lombo de porco, refogado Arroz Feijão Saladas	Pão com geleia de frutas Fruta Suco natural (polpa)	Galinhada Saladas
11 a 15 de maio	Feriadão	Feriado <i>Dia do Município</i>	Lombo de porco, refogado Mandioca Lentilha Saladas	Pão com geleia de frutas Fruta Suco natural (polpa)	Molho de frango Macarrão Saladas
18 a 22 de maio	Carreteiro Saladas	Bolo de chocolate, sem leite com calda (<i>água e cacau</i>) Fruta Bebida de soja	Lombo de porco, refogado Arroz Feijão Saladas	Pão com carne moída Fruta Suco natural (polpa)	Galinhada Saladas
25 a 29 de maio	Carne moída Macarrão ao alho e óleo Saladas	Cueca virada sem leite Fruta Chocolate quente 50% com bebida de soja	Lombo de porco, refogado Batata doce Lentilha Saladas	Pão com geleia de frutas Fruta Suco natural (polpa)	Molho de frango Polenta Saladas

Receita bolo de banana com aveia: *Ingredientes* (20 pedaços): 250g aveia, 1 colher (sopa) de fermento, 4 ovos, ½ xícara de óleo, 4 bananas, 1 ½ xícara de açúcar. Opcional: 1 colher (chá) de canela. *Modo de preparo:* Bata no liquidificador os ovos, o óleo, as bananas e o açúcar. Despeje esta mistura na aveia com o fermento e a canela. Leve para assar em forma untada, em forno médio, pré-aquecido, por cerca de 40 minutos, ou até dourar.

Receita chocolate quente 50% cacau: *Ingredientes* (4 a 5 xícaras): 1 litro de bebida de soja, 3 colheres (sopa) de chocolate em pó 50% cacau, 3 colheres (sopa) de açúcar, 1 colher (sopa) de amido de milho (ajuste, se necessário), 1 pitada de sal (realça o sabor), 1/2 colher (chá) de canela (opcional). *Modo de preparo:* em uma panela, dissolva o amido de milho em um pouco da bebida de soja (frio, para não empelotar). Adicione o restante da bebida, o chocolate 50% e o açúcar. Leve ao fogo médio, mexendo sempre. Quando começar a engrossar, abaixe o fogo e continue mexendo por mais 2–3 minutos. Finalize com a pitada de sal e a canela.