

Anexo E

SALADAS SIMPLES

TIPO I - A BASE DE VEGETAL A

Todos os dias: folhas cruas

04 dias úteis e 01 dia de final de semana	01 dias úteis e 01 dia final de semana
➤ Alface americana	➤ Alface roxa
➤ Alface lisa	➤ Chicória
➤ Alface crespa	➤ Couve
	➤ Repolho branco
	➤ Repolho roxo
	➤ Rúcula
	➤ Agrião
	➤ Acelga

TIPO II - Cebola e Tomate salada Diariamente

TIPO III – Itens crus – alternando para não ter repetição na semana

- | | |
|-----------------------|---------------------|
| ➤ Beterraba ralada | ➤ Pickles |
| ➤ Cenoura ralada | ➤ Palmito em rodela |
| ➤ Nabo ralado | ➤ Ervilha |
| ➤ Pimentão colorido | ➤ Milho |
| ➤ Azeitona sem caroço | ➤ Passas |
| ➤ A combinar | ➤ Tomate seco |