



Março

1ª Semana: 03/03 a 07/03

Dia da semana	Almoço	Lanche Vespertino
Segunda-feira	RECESSO	RECESSO
Terça-feira	RECESSO	RECESSO
Quarta-feira	RECESSO	RECESSO
Quinta-feira	<p>Refeição: Arroz branco, feijão marrom, carne de panela, abobrinha refogada. Salada de alface e salada beterraba ralada com tomate.</p> <p>Suco: melancia</p> <p>Sobremesa: mamão</p>	<p>Carboidrato: Pastel de carne com cenoura</p> <p>Suco: uva</p> <p>Fruta: goiaba</p>
Sexta-feira	<p>Refeição: Arroz branco, feijoadinha, frango assado, purê de batata. Salada de alface e tabule de pepino com tomate.</p> <p>Suco: tangerina</p> <p>Sobremesa: sorvete de manga c/ banana</p>	<p>Carboidrato: Biscoito de polvilho (Peta)</p> <p>Suco: caju</p> <p>Fruta: melancia</p>





2ª Semana: 10/03 a 14/03

Dia da semana	Almoço	Lanche Vespertino
Segunda-feira	Refeição: Arroz branco, feijão marrom, frango ao molho, batata dorê. Salada de alface e salada de pepino. Suco: Suco de manga Sobremesa: banana	Carboidrato: Pão de abóbora com carne Suco: melancia Fruta: manga
Terça-feira	Refeição: Arroz branco, feijão preto, picadinho de carne, abóbora e quiabo ao forno. Salada de alface e salada de tomate em rodela. Suco: acerola c/ laranja Sobremesa: goiaba	Carboidrato: Nugget de frango caseiro Suco: laranja Fruta: melão
Quarta-feira	Refeição: Arroz branco, feijão marrom, ensopadinho de frango, purê de batata doce. Suco: caju Sobremesa: laranja	Carboidrato: Cookie de chocolate Suco: abacaxi Fruta: banana
Quinta-feira	Refeição: Arroz branco, feijão marrom, pernil assado, chuchu gratinado. Suco: goiaba Sobremesa: melão	Carboidrato: Bolo de maçã Suco: tangerina Fruta: abacaxi
Sexta-feira	Refeição: Arroz branco, feijoadinha, isca de carne acebolada, farofa de ovo. Salada de alface e salada de vinagrete. Suco: uva Sobremesa: picolé de melancia	Carboidrato: Mini quibe assado Suco: caju Fruta: uva

Obs: Cardápio sujeito a alterações.





3ª Semana: 17/03 a 21/03

Dia da semana	Almoço	Lanche Vespertino
Segunda-feira	Refeição: Arroz branco, feijão marrom, isca de frango, purê de abóbora. Salada de alface e mix de legumes. Suco: caju Sobremesa: melancia	Carboidrato: Panqueca de banana com cacau Suco: uva Fruta: tangerina
Terça-feira	Refeição: Arroz branco, feijão preto, mini almôndega de carne, legumes ao forno. Salada de alface e salada de cenoura ralada. Suco: uva Sobremesa: mamão	Carboidrato: Palitinho sabor ervas Suco: abacaxi Fruta: banana
Quarta-feira	Refeição: Arroz branco, feijão marrom, frango assado com batata, vagem refogada. Salada de alface e salada de beterraba cozida. Suco: laranja Sobremesa: manga	Carboidrato: Sanduíche na chapa Suco: goiaba Fruta: melão
Quinta-feira	Refeição: Arroz branco, feijão marrom, frango desfiado com milho, purê de batata. Salada de alface e salada de cenoura c/ repolho. Suco: uva Sobremesa: melão	Carboidrato: Mini pizza marguerita Suco: manga Fruta: maçã
Sexta-feira	Refeição: Arroz branco, feijoada, carne de panela, brócolis e couve-flor refogados. Salada de alface e salada de batata com cenoura. Suco: abacaxi c/ hortelã Sobremesa: sorvete de manga	Carboidrato: Bolo de chocolate Suco: caju Fruta: goiaba

Obs: Cardápio sujeito a alterações.





4ª Semana: 24/03 a 28/03

Dia da semana	Almoço	Lanche Vespertino
Segunda-feira	Refeição: Arroz branco, feijão marrom, estrogonofe de frango, batatas ao forno. Salada de alface e seleta de legumes. Suco: caju Sobremesa: melancia	Carboidrato: Biscoitinho de queijo Suco: laranja Fruta: banana
Terça-feira	Refeição: Arroz branco, feijão preto, carne de panela, abóbora assada. Salada de alface e salada de tomate com ovo cozido. Suco: laranja Sobremesa: manga	Carboidrato: Mini hambúrguer de frango Suco: goiaba Fruta: maçã
Quarta-feira	Refeição: Arroz branco, feijão marrom, isca de porco, chuchu cozido. Salada de alface e salada de brócolis picado. Suco: melancia Sobremesa: tangerina	Carboidrato: Cookie de chocolate Suco: uva Fruta: mamão
Quinta-feira	Refeição: Arroz branco, feijão marrom, mini almôndega de frango, macarrão ao alho e óleo. Salada de alface e tomate em rodelas. Suco: uva Sobremesa: melão	Carboidrato: Cuscuz com ovo cremoso Suco: tangerina Fruta: uva
Sexta-feira	Refeição: Arroz branco, feijoadinha, frango ao molho, abobrinha recheada. Salada de alface e salada de beterraba ralada. Suco: abacaxi com hortelã Sobremesa: mousse de abacate com cacau	Carboidrato: Bolo de banana Suco: caju Fruta: laranja

Obs: Cardápio sujeito a alterações.

