



CARDÁPIO

MÊS: MARÇO DE 2019

TURMAS: MINI MATERNAL / MATERNAL I e II / JARDIM I e II

Juliana Simonetti Ribeiro / Nutricionista - CRN3-2420

	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR
01/03 6ª Feira	Mamão	Arroz + estrogonofre de carne + batata palha + salada mista de folhas	Suco de goiaba + bolo nutritivo	Arroz + estrogonofre de carne + batata palha + salada mista de folhas
04/03 2ª Feira				
05/03 3ª Feira				
06/03 4ª Feira			Suco de laranja com cenoura + Pão de leite com polenguinho	Arroz + feijoada nutritiva (com legumes) + couve
07/03 5ª Feira	Creme de manga	Macarrão à bolonhesa + Salada de escarola	Suco de Manga + Biscoito de polvilho	Macarrão à bolonhesa + Salada de escarola
08/03 6ª Feira	Salada de fruta	Arroz + feijão carioca + isca de fígado acebolado + purê de batata + salada de beterraba	Suco de abacaxi com hortelã + Bisnaguinha com requeijão	Arroz + feijão carioca + isca de fígado acebolado + purê de batata + salada de beterraba



CARDÁPIO

MÊS: MARÇO DE 2019

TURMAS: MINI MATERNAL / MATERNAL I e II / JARDIM I e II

Juliana Simonetti Ribeiro / Nutricionista - CRN3-2420

	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR
11/03 2ª Feira	Pera	Arroz + polenta à bolonhesa + Salada de folhas	Suco de laranja + Bolo fubá	Arroz + polenta à bolonhesa + Salada de folhas
12/03 3ª Feira	Uva	Arroz + feijão com abóbora + filezinho de frango grelhado + salada de alface	Suco de abacaxi + Pão de leite com margarina	Arroz + feijão com abóbora + filezinho de frango grelhado + salada de alface
13/03 4ª Feira	Melão	Arroz + feijoada + couve	Suco de maracujá + Sequilho	Arroz + feijoada + couve
14/03 5ª Feira	Abacaxi	Arroz + escondidinho de mandioquinha com frango + Salada de escarola	Limonada + Pão integral com creme cheese	Arroz + escondidinho de mandioquinha com frango + Salada de escarola
15/03 6ª Feira	Maçã	Arroz + fricassê de frango + batata palha + Salada de escarola	Suco de laranja com acerola + Bisnaguinha com requeijão	Arroz + fricassê de frango + batata palha + Salada de escarola



CARDÁPIO

MÊS: MARÇO DE 2019

TURMAS: MINI MATERNAL / MATERNAL I e II / JARDIM I e II

Juliana Simonetti Ribeiro / Nutricionista - CRN3-2420

	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR
18/03 2ª Feira	Melancia	Arroz + Feijão carioca + ovos mexidos com requeijão ervilha e tomate + salada de couve flor	Água de coco + Biscoito de Polvilho	Arroz + Feijão carioca + ovos mexidos com requeijão ervilha e tomate + salada de couve flor
19/03 3ª Feira	Laranja	Arroz + Feijão + quibe recheado com queijo + salada de pepino	Suco de laranja + Bolacha água e sal com margarina becel	Arroz + Feijão + quibe recheado com queijo + salada de pepino
20/03 4ª Feira	Abacaxi	Arroz + feijão preto + picadinho com batata + salada de alface	Suco de melão + Pão de queijo	Arroz + feijão preto + picadinho com batata + salada de alface
21/03 5ª Feira	Creme de abacate	Macarrão com frango ao molho + Salada de cenoura e vagem	Suco de Maracujá + Pão na chapa	Macarrão com frango ao molho + Salada de cenoura e vagem
22/03 6ª Feira	Banana	Arroz + feijão carioca com legumes + filé de saint petter ao forno com batata + salada de folhas	Suco de laranja com acerola + Bolacha maizena	Arroz + feijão carioca com legumes + filé de saint petter ao forno com batata + salada de folhas



CARDÁPIO

MÊS: MARÇO DE 2019

TURMAS: MINI MATERNAL / MATERNAL I e II / JARDIM I e II

Juliana Simonetti Ribeiro / Nutricionista - CRN3-2420

	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR
25/03 2ª Feira	Mamão	Arroz + feijão carioca + frango ensopado com legumes + Salada de brócolis	Suco de laranja com abacaxi + Pão francês com requeijão	Arroz + feijão carioca + frango ensopado com legumes + Salada de brócolis
26/03 3ª Feira	Melão	Arroz + feijão + panqueca de carne + Salada de agrião	Suco de Manga + Bolo de cenoura	Arroz + feijão + panqueca de carne + Salada de agrião
27/03 4ª Feira	Maçã	Arroz + feijoada + couve + farofinha de cenoura ralada + salada de tomate	Suco de maçã + Bisnaguinha integral com creem cheese	Arroz + feijoada + couve + farofinha de cenoura ralada + salada de tomate
28/03 5ª Feira	Pera	Macarrão com carne picadinho + salada de vagem com cenoura	Suco de maracujá + Lanche natural (peito de peru com queijo e requeijão)	Macarrão com carne picadinho + salada de vagem com cenoura
29/03 6ª Feira	Uva	Arroz + feijão carioca + moela com purê misto + Salada de folhas	Suco de melancia coado + Bolacha água e sal com margarina Becel	Arroz + feijão carioca + moela com purê misto + Salada de folhas

**Laranja usada é a Pera.
Sucrilhos 1X por mês.**