

# Cardápio Mensal Fevereiro 2020

**1ª Semana: de 03 a 07 de Fevereiro**

Refeição	Segunda-feira 03/02	Terça-Feira 04/02	Quarta-Feira 05/02	Quinta-Feira 06/02	Sexta-Feira 07/02
<b>Lanche da Manhã</b>	Suco de Fruta Natural de Maracujá	Suco de Fruta Natural Limão	Suco de Fruta Natural Abacaxi	Suco Natural de Limão	Suco Natural Laranja
	Pão de Leite com Muçarela	Mini pão de queijo	Mini Misto Quente	Mini Esfiha de Queijo	Mini Pizza
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>Almoço</b>	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Espaguete á Bolonhesa ou Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca
<b>Prato Principal</b>	Frango Grelhado	Tiras de Carne Assada	Carne Moída Refogada	Cação Assado	Carne Moída Refogada com Abobrinha
<b>Guarnição</b>	Abóbora Assada	Batata Doce (Chips)	Jardineira de Legumes	Raminhos de Brócolis	Legumes Refogado
<b>Salada</b>	Salada de Tomate	Salada de Alface Crespa	Salada de Couve	Salada de Alface Americana	Salada de Alface Lisa
<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>Lanche da Tarde</b>	Suco de Fruta Natural Abacaxi	Suco de Fruta Natural de Laranja	Suco Natural de Limão	Suco Natural de Maracujá	Suco Natural de Limão
	Pão Francês com Requeijão	Bolo Integral de Cenoura	Mini Pão de Batata	Pão Crocante	Pão de Leite com Creme de Ricota
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>Jantar</b>	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca
<b>Prato Principal</b>	Carne com Cubos	Cação Assado	Frango em Cubos	Carne Cozida em Cubos	Frango Desfiado Refogado
<b>Salada</b>	Salada de Alface	Salada de Acelga	Salada de Repolho	Salada Alface Crespa	Salada de Acelga
<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

**Cardápio sujeito a alterações.**

**Observação Importante:** Os recheios dos pães irão variar de acordo com a restrição alimentar de cada criança.

Todos os salgados são assados ao forno, com isso, livres de frituras;

Os sucos são produzidos da própria fruta e adoçados de forma saudável para que as crianças aprendam a saborear os alimentos com sua composição natural

# Cardápio Mensal Fevereiro 2020

**2ª Semana: de 10 a 14 de Fevereiro**

Refeição	Segunda-feira 10/02	Terça-Feira 11/02	Quarta-Feira 12/02	Quinta-Feira 13/02	Sexta-Feira 14/02
<b>Lanche da Manhã</b>	Suco Natural de Maracujá	Suco de Fruta Natural Laranja	Suco de Fruta Natural Limão	Suco Natural de Abacaxi	Suco Natural Laranja
	Mini Pão de Queijo	Bolo Integral de Cenoura	Mini Misto Quente	Mini pão de Mandioquinha com Requeijão	Mini Pão de Batata
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>Almoço</b>	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Espaguete á Bolonhesa ou Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Integral e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca
<b>Prato Principal</b>	Filé de Frango Grelhado	Filezinho de Carne	Carne Moída Refogada	Tirinhas de Frango Empanadas (aveia)	Carne Moída Refogada com Abobrinha
<b>Guarnição</b>	Couve Refogada	Batata Palito Assada	Espinafre Refogado	Raminhos de Brócolis	Legumes Refogado
<b>Salada</b>	Mix de Folhas	Salada de Alface Crespa	Salada de Rúcula	Salada de Alface Americana	Salada de Alface Lisa
<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>Lanche da Tarde</b>	Suco de Fruta Natural de Limão	Suco de Fruta Natural de Maracujá	Suco Natural de Abacaxi	Leite com Chocolate	Suco Natural de Limão com Beterraba
	Pão de Leite com Peito de Peru	Mini Pão de Batata enriquecido com linhaça	Mini Esfiha de Frango enriquecida com linhaça	Bisnaguinha com Queijo Branco	Mini Pizza
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>Jantar</b>	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca
<b>Prato Principal</b>	Carne Moída Refogada	Cação Assado	Sobrecoxa de Frango ao Molho de Tomates	Carne Cozida em Cubos	Frango Desfiado Refogado
<b>Salada</b>	Salada de Alface Americana	Salada de Acelga	Salada de Repolho	Salada Alface Crespa	Salada de Acelga
<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

**Cardápio sujeito a alterações.**

**Observação Importante:** Os recheios dos pães irão variar de acordo com a restrição alimentar de cada criança.

Todos os salgados são assados ao forno, com isso, livres de frituras;

Os sucos são produzidos da própria fruta e adoçados de forma saudável para que as crianças aprendam a saborear os alimentos com sua composição natural

# Cardápio Mensal Fevereiro 2020

**3ª Semana: de 17 a 21 de Fevereiro**

Refeição	Segunda-feira 17/02	Terça-Feira 18/02	Quarta-Feira 19/02	Quinta-Feira 20/02	Sexta-Feira 21/02
<b>Lanche da Manhã</b>	Suco Natural de Abacaxi	Suco Natural de Maracujá	Suco Natural de Limão	Suco Natural de Laranja	Suco Natural de Maracujá
	Queijo Quente (pão integral)	Pão Francês com Creme de Ricota	Bolo Integral de Couve	Mini Esfiha de Queijo	Mini Pizza
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>Almoço</b>	Arroz Branco e Feijão Preto	Arroz Branco e Feijão Carioca	Espaguete Integral á Bolonhesa Opção: Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão carioca
<b>Prato Principal</b>	Filezinho de Frango Grelhado	Hamburguinho caseiro	Carne Moída com Legumes	Filé de Frango Grelhado	Carne em Cubos
<b>Guarnição</b>	Espinafre Refogado	Raminhos de Brócolis ao Vapor	Acelga Refogada	Couve Refogada	Couve-Flor ao Vapor
<b>Salada</b>	Salada de Alface Mimososa	Palitos de Cenoura	Salada de Tomate	Salada de Alface Crespa	Salada de Alface Americana
<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>Lanche da Tarde</b>	Suco Natural de Limão	Suco Natural Laranja com Cenoura	Suco Natural de Maracujá	Suco Natural de Abacaxi	Suco Natural de Limão
	Mini Esfiha de Frango Enriquecida com linhaça	Pão de Queijo	Misto Quente	Mini pão de Batata	Bolo Integral de Cenoura
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
<b>Jantar</b>	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão
<b>Prato Principal</b>	Carne Desfiada	Cação Assado	Bolinho de Frango com Grão de Bico e Abobrinha	Estrogonofe de carne (com creme de inhame)	Frango em Cubos Colorido
<b>Salada</b>	Salada de Acelga	Salada Mix de Folha	Salada de Alface Lisa	Salada de Repolho	Salada de Acelga
<b>Sobremesa</b>	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

**Cardápio sujeito a alterações.**

**Observação Importante:** Os recheios dos pães irão variar de acordo com a restrição alimentar de cada criança.

Todos os salgados são assados ao forno, com isso, livres de frituras;

Os sucos são produzidos da própria fruta e adoçados de forma saudável para que as crianças aprendam a saborear os alimentos com sua composição natural

# Cardápio Mensal Fevereiro 2020

**4ª Semana: de 24 a 28 de Fevereiro**

Refeição	Segunda-feira 24/02	Terça-Feira 25/02	Quarta-Feira 26/02	Quinta-Feira 27/02	Sexta-Feira 28/02
Lanche da Manhã	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Suco de Natural Laranja	Suco Natural de Limão
	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Bisnaguinha com Muçarela	Mini Pizza
	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Fruta da Época	Fruta da Época
Almoço	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca
Prato Principal	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Filezinho de Frango Grelhado	Bifinho Grelhado
Guarnição	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Batata Doce Dourada	Acelga Refogada
Salada	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Salada de Alface Crespa	Salada de Repolho
Sobremesa	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Fruta da Época	Fruta da Época
Lanche da Tarde	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Suco Natural de Abacaxi com Hortelã	Suco natural de Maracujá
	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Misto Quente	Pão de Batata enriquecido com linhaça
	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Fruta da Época	Fruta da Época
Jantar	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca
Prato Principal	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Rocambolê de Carne com Legumes	Cação em Posta Assado
Salada	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Salada de Alface Americana com Tomate Cereja	Salada de Alface Lisa
Sobremesa	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Fruta da Época	Fruta da Época

**Cardápio sujeito a alterações.**

**Observação Importante:** Os recheios dos pães irão variar de acordo com a restrição alimentar de cada criança.

Todos os salgados são assados ao forno, com isso, livres de frituras;

Os sucos são produzidos da própria fruta e adoçados de forma saudável para que as crianças aprendam a saborear os alimentos com sua composição natural