

Cardápio Mensal

Março 2024

1ª Semana: de 01 de Março

Refeição	Segunda-feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira 01/03
Lanche da Manhã					Suco de Fruta Natural Maracujá
					Mini Pão de Mandioquinha
					Fruta da Época
Almoço					Arroz Branco e Feijão Carioca
Prato Principal					Carne Assada
Guarnição					Refogada de Chuchu com Milho
Salada					Salada de Alfaca Lisa
Sobremesa					Fruta da Época
Lanche da Tarde					Suco de Fruta Natural de Abacaxi com Hortelã
					Mini Muffin Salgado
					Fruta da Época
Jantar					Arroz Branco e Feijão Carioca
Prato Principal					Peixe Empanado ao forno
Salada					Salada de Rúcula
Sobremesa					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

Março 2024

2ª Semana: de 04 a 08 de Março

Refeição	Segunda-feira 04/03	Terça-Feira 05/03	Quarta-Feira 06/03	Quinta-Feira 07/03	Sexta-Feira 08/03
Lanche da Manhã	Suco de Fruta Natural de Maracujá	Suco de Fruta Natural de Laranja	Suco de Fruta Natural Limão	Suco de Fruta Natural de Maracujá	Suco Integral de Uva
	Pão de Cenoura	Pão Fofinho	Bolo de Cenoura	Panqueca de Banana	Pão de Forma caseiro
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Almoço	Arroz Branco e Feijão Preto	Arroz Branco e Feijão Carioca	Macarrão ao Alho e Óleo ou Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca
Prato Principal	Filé de Frango Grelhado	Filezinho de Carne	Carne Moída Refogada	Estrogonofe de Frango	Hamburguer Caseiro
Guarnição	Couve Refogada	Purê de Batata com Couve Flor	Jardineira de Legumes	Batata Corada	Brócolis ao Vapor
Salada	Ovo de Codorna	Salada de Alface Crespa	Salada de Rúcula	Salada de Alface Americana	Salada de Alface Lisa
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Lanche da Tarde	Suco de Fruta Natural de Limão	Suco de Fruta Natural	Suco Integral de Uva	Suco de Fruta Natural de Abacaxi	Suco de Fruta Natural de Limão com Beterraba
	Bolo de Cenoura	Pão de Forma Caseiro	Pão de Inhame	Pão de Batata	Pão Fofinho
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Jantar	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
Prato Principal	Carne Assada	Cação Assado	Sobrecoxa de Frango ao Molho de Tomates	Carne Cozida em Cubos	Frango Desfiado Refogado
Salada	Salada de Alface Americana	Salada de Acelga	Salada de Repolho	Salada Alface Crespa	Salada de Acelga
Sobremesa	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

Março 2024

3ª Semana: de 11 a 15 de Março

Refeição	Segunda-feira 11/03	Terça-Feira 12/03	Quarta-Feira 13/03	Quinta-Feira 14/03	Sexta-Feira 15/03
Lanche da Manhã	Suco Integral de Uva	Suco de Fruta Natural de Maracujá	Suco de Fruta Natural de Limão	Suco de Fruta Natural de Laranja	Suco de Fruta Natural de Maracujá
	Minipão Francês Caseiro	Bolo de Maça com Aveia	Pão de Forma Caseiro	Pão de cará	Pão Fofinho
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Almoço	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Macarrão alho e óleo ou Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão carioca
Prato Principal	Hamburguer Caseiro	Isca de peixe Empanado ao forno		Cação Empanado com Aveia	Carne em Cubos
Guarnição	Brócolis Refogado	Cenoura Salteada	Mandioquinha Sautê	Couve Refogada	Batata Corada
Salada	Salada de Almeirão	Salada de Alface Frisada	Salada de Acelga	Salada de Alface Crespa	Salada de Alface Americana
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Lanche da Tarde	Suco de Fruta Natural de Limão	Suco de Fruta Natural de Laranja	Suco de Fruta Natural de Maracujá	Suco Integral de Uva	Suco Natural de Limão
	Panqueca de Banana	Mini Pão de Mandioquinha	Pão Fofinho	Pão de Batata	Pão de Forma Caseiro
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Jantar	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão
Prato Principal	Frango em Cubos	Carne Assada	Sobrecoxa Assada Crocante	Hamburguer Caseiro (carne e cenoura)	Frango em Cubos Colorido
Salada	Salada de Alface Crespa	Salada de Alface Romana	Salada de Alface Lisa	Salada de Repolho	Salada de Acelga
Sobremesa	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

Março 2024

4ª Semana: de 18 a 22 de Março

Refeição	Segunda-feira 18/03	Terça-Feira 19/03	Quarta-Feira 20/03	Quinta-Feira 21/03	Sexta-Feira 22/03
Lanche da Manhã	Suco Fruta Natural de Maracujá	Suco Integral de Uva	Suco de Fruta Natural de Limão	Suco de Fruta Natural Laranja	Suco de Fruta Natural de Maracujá
	Pastel Assado	Bolo de Laranja	Pão de Mandioquinha	Pão de Inhame	Mini Pão de Cenoura
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Almoço	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
Prato Principal	Carne em Tiras	Cação Grelhado	Carne em Cubos com Mandioquinha	Frango em Cubos	Bife a Role (cenoura)
Guarnição	Repolho Refogado	Purê de Batata	Espinafre Refogado	Legumes Salteados	Acelga Refogada
Salada	Salada de Alface Americana com Tomate Cereja	Salada de Alface Crespa	Salada de Repolho	Salada de Acelga	Salada de Couve
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Lanche da Tarde	Suco de Fruta Natural de Limão	Suco de Fruta Natural de Laranja	Suco de Fruta Natural de Maracujá	Suco de Fruta Natural de Abacaxi com Hortelã	Suco de Fruta Natural de Limão
	Bisnaguinha Caseira	Pão Fofinho	Pão de Forma Caseiro	Bolo de Cenoura	Pão de Mandioquinha
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Jantar	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
Prato Principal	Frango Recheado com Ricota	Carne Moída com Legumes	Frango Crocante	Rocambole de Carne com Legumes	Cação em Posta Assado
Salada	Salada de Acelga	Salada de Alface Lisa	Salada de Alface Mimosa	Salada de Alface Crespa	Salada de Alface Lisa
Sobremesa	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

Março 2024

5ª Semana: 25 a 29 de Março

Refeição	Segunda-feira 25/03	Terça-Feira 26/03	Quarta-Feira 27/03	Quinta-Feira 28/03	Sexta-Feira 29/03
Lanche da Manhã	Suco Integral de Uva	Suco de Fruta Natural de Limão	Suco de Fruta Natural de Maracujá	RECESSO ESCOLAR	FERIADO
	Pão de Mandioquinha	Pão de Forma Caseiro	Pão de Cenoura Caseiro	RECESSO ESCOLAR	FERIADO
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	RECESSO ESCOLAR	FERIADO
Almoço	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	RECESSO ESCOLAR	FERIADO
Prato Principal	Isca de Peixe Empanado Assado	Carne Assada	Filé de Frango Grelhado	RECESSO ESCOLAR	FERIADO
Guarnição	Purê de Batata	Cenoura Salteada	Couve Refogada	RECESSO ESCOLAR	FERIADO
Salada	Salada de Acelga	Salada de Alface Crespa	Salada de Acelga	RECESSO ESCOLAR	FERIADO
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	RECESSO ESCOLAR	FERIADO
Lanche da Tarde	Suco de Fruta Natural de Laranja	Suco de Fruta Natural	Suco de Fruta Natural de Limão	RECESSO ESCOLAR	FERIADO
	Pão de Gergelim	Pastel Assado	Pão de Forma Caseiro	RECESSO ESCOLAR	FERIADO
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	RECESSO ESCOLAR	FERIADO
Jantar	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	RECESSO ESCOLAR	FERIADO
Prato Principal	Estrogonofe de Carne (Inhame)	Sobrecoca Assada	Ovo Mexido	RECESSO ESCOLAR	FERIADO
Salada	Salada de Alface Lisa	Mix de Folhas	Salada de Alface Americana	RECESSO ESCOLAR	FERIADO
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	RECESSO ESCOLAR	FERIADO
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