

Cardápio Mensal Fevereiro 2021

1ª Semana: de 01 a 05 de Fevereiro

Refeição	Segunda-feira 01/02	Terça-Feira 02/02	Quarta-Feira 03/02	Quinta-Feira 04/02	Sexta-Feira 05/02
Lanche da Manhã	Suco de Fruta Natural de Manga	Suco de Fruta Natural Maracujá	Suco de Fruta Natural Limão com Hortelã	Suco Natural de Laranja	Suco Natural Maracujá
	Minipão Frânces com Queijo Branco	Minipão de Batata (enriquecido com linhaça)	Pão de Mandioquinha com Requeijão	Minipão de Queijo	Bolo Integral Formigueiro
	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	Espaguete á Bolonhesa ou Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca
Prato Principal	Cação Assado	Filezinho de Carne	Silverinha	Estrogonofe de Frango (inhame)	Carne com Batata
Guarnição	Purê de batata	Raminhos de Brócolis	Escarola Refogada	Batata Assada	Berinjela Empanada
Salada	Salada de Acelga	Salada de Alface Crespa	Salada de Alface Americana	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 Limão	Suco de Fruta Natural de Laranja com Cenoura	Suco Natural de Maracujá	logurte	Suco Natural de Abacaxi
	Mini Esfiha de Frango (enriquecida com linhaça)	Bisnaga com Muçarela	Pão de Leite com Queijo Branco	Pão Crocante	Mini Pizza
	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	Tiras de Carne Assada	Filé de Frango Grelhado	Omelete de Brócolis	Carne Cozida em Cubos	Peixe Assado
Salada	Salada de Alface Mimososa	Salada de Tomate	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 Fevereiro 2021

2ª Semana: de 08 a 12 de Fevereiro

Refeição	Segunda-feira 08/03	Terça-Feira 09/03	Quarta-Feira 10/03	Quinta-Feira 11/03	Sexta-Feira 12/03
Lanche da Manhã	Suco Natural de Maracujá	Iogurte	Suco de Fruta Natural Limão	Suco Natural de Abacaxi	Suco Natural Laranja
	Mini Pão de Queijo	Mini Pão de Batata enriquecido com linhaça	Mini Misto Quente	Mini pão de Mandioquinha com Requeijão	Mini Pizza
	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	Espaguete á Bolonhesa ou Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Integral e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca
Prato Principal	Filé de Frango Grelhado	Filezinho de Carne	Carne Moída Refogada	Tirinhas de Frango Empanadas (aveia)	Carne Moída Refogada com Abobrinha
Guarnição	Couve Refogada	Batata Palito Assada	Espinafre Refogado	Raminhos de Brócolis	Legumes Refogado
Salada	Mix de Folhas	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 de Maracujá	Suco Natural de Abacaxi	Leite com Chocolate	Suco Natural de Limão com Beterraba
	Pão de Leite com Queijo	Bolo Integral de Cenoura	Mini Esfiha de Frango enriquecida com linhaça	Bisnaguinha com Queijo Branco	Mini Pão de Batata (enriquecido com linhaça)
	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 Moída Refogada	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 Fevereiro 2021

3ª Semana: de 15 a 19 de Fevereiro

Refeição	Segunda-feira 15/02	Terça-Feira 16/02	Quarta-Feira 17/02	Quinta-Feira 18/02	Sexta-Feira 19/02
Lanche da Manhã	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Suco Natural de Laranja	Suco Natural de Maracujá
	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Mini Esfiha de Queijo	Bolo de Laranja
	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Fruta da Época	Fruta da Época
Almoço	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão carioca
Prato Principal	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Cação Empanado com Aveia	Carne em Cubos
Guarnição	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Couve Refogada	Couve-Flor ao Vapor
Salada	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Salada de Alface Crespa	Salada de Alface Americana
Sobremesa	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Fruta da Época	Fruta da Época
Lanche da Tarde	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Suco Natural de Abacaxi	Suco Natural de Limão
	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Mini pão de Batata	Mini Pizza
	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Fruta da Época	Fruta da Época
Jantar	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão
Prato Principal	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Hamburguer Caseiro (carne e cenoura)	Frango em Cubos Colorido
Salada	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Salada de Repolho	Salada de Acelga
Sobremesa	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	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

Cardápio Mensal Fevereiro 2021

4ª Semana: de 22 a 26 de Fevereiro

Refeição	Segunda-feira 22/02	Terça-Feira 23/02	Quarta-Feira 24/02	Quinta-Feira 25/02	Sexta-Feira 26/02
Lanche da Manhã	Suco natural de Maracujá	Suco Natural de Abacaxi	Suco Natural de Limão	Suco de Natural Laranja	Suco Natural de Maracujá
	Mini Pão de Queijo	Mini Esfiha de Frango (enriquecida com linhaça)	Mini Pão Francês com Queijo Branco	Mini Pão de Leite com Muçarela	Mini Pizza
	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 Natural de Limão	Suco Natural de Laranja	Suco Natural de Maracujá	Suco Natural de Abacaxi com Hortelã	Suco natural de Limão
	Bisnaguinha com Muçarela	Mini Muffin Formigueiro	Mini Pão de Mandioquinha com Creme de Ricota	Queijo Quente	Mini Pão de Batata (enriquecido com linhaça)
	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	Rocambolê de Carne com Legumes	Cação em Posta Assado
Salada	Salada de Acelga	Salada de Alface Lisa	Salada de Alface Mimososa	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