

CARDÁPIO FEVEREIRO/2018

SEMANA 1	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	SOPINHA
Segunda-feira (05)	Biscoito de polvilho Suco natural Fruta	Arroz, feijão Carne: Carne ao molho Acompanhamento: Purê de batatas Salada: Tomate	Risotinho de frango
Terça-feira (06)	Mini pão de leite c/ manteiga Suco natural Fruta	Arroz, feijão Carne: Tirinhas de frango grelhadas Acompanhamento: Macarrão ao sugo Salada: Beterraba cozida	Sopa de feijão c/ macarrão
Quarta-feira (07)	Biscoito salgado Suco natural Fruta	Arroz, feijão Carne: Guisadinho (carne moída ao molho) Acompanhamento: Polenta cremosa Salada: Alface	Sopa de legumes c/ carne desfiada
Quinta-feira (08)	Mini pão de queijo Suco natural Fruta	Arroz, feijão Carne: Linguiça assada Acompanhamento: Bolinho de espinafre Salada: Cenoura cozida	Creme de mandioquinha
Sexta-feira (09)	Cereal c/ iogurte Fruta	Arroz, feijão Carne: Frango assado Acompanhamento: Brócolis refogado Salada: Acelga	Polentinha cremosa c/ carne desfiada
SEMANA 2	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	SOPINHA
Segunda-feira (12)	Recesso	Recesso	Recesso
Terça-feira (13)	Feriado	Feriado	Feriado
Quarta-feira (14)	* Lanche da tarde: Biscoito integral Suco natural Fruta	(Neste dia, a escola funcionará apenas no período da tarde)	Canja de galinha
Quinta-feira (15)	Bolo de cenoura s/ cobertura Suco natural Fruta	Arroz, feijão Carne: Ovos mexidos Acompanhamento: Macarrão à bolonhesa Salada: Beterraba cozida	Quirerinha c/ legumes e carne desfiada
Sexta-feira (16)	Pão de leite c/ manteiga ou doce Suco natural Fruta	Arroz, feijão Carne: Frango ao molho Acompanhamento: Brócolis c/ couve-flor refogadas Salada: Tomate	Sopa de feijão c/ macarrão

SEMANA 3	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	SOPINHA
Segunda-feira (19)	Bolacha de leite iogurte Fruta	Arroz, feijão Carne: Almôndegas de carne Acompanhamento: Purê de batatas Salada: Alface	Creme de milho
Terça-feira (20)	Mini pão integral c/ requeijão Suco natural Fruta	Arroz, feijão Carne: Filé de frango grelhado Acompanhamento: Macarrão c/ legumes Salada: Tomate	Sopa de batata salsa
Quarta-feira (21)	Biscoito de polvilho Suco natural Fruta	Arroz, feijão Carne: Panqueca de carne Acompanhamento: Vagem refogada Salada: Repolho ralado	Quibebe (abóbora)
Quinta-feira (22)	Biscoito salgado Suco natural Fruta	Arroz, feijão Carne: Fígado de galinha refogada Acompanhamento: Batata corda Salada: Beterraba cozida	Sopa de lentilha
Sexta-feira (23)	Bolo de laranja Suco natural Fruta	Arroz, feijão Carne: Carne em cubos ao molho Acompanhamento: Polenta cremosa Salada: Cenoura cozida	Sopa de feijão c/ macarrão
SEMANA 4	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	SOPINHA
Segunda-feira (26)	Cereal c/ iogurte Fruta	Arroz, feijão Carne: Nhoque à bolonhesa Acompanhamento: Chuchu refogado Salada: Alface	Risotinho de frango
Terça-feira (27)	Pão de cenoura c/ requeijão Suco natural Fruta	Arroz, feijão Carne: Stroganoff de frango Acompanhamento: Brócolis refogado Salada: Beterraba cozida	Sopa de legumes c/ macarrão e carne desfiada
Quarta-feira (28)	Biscoito de maisena Suco natural Fruta	Arroz, feijão Carne: Tirinhas de frango grelhadas Acompanhamento: Bolinho de cenoura Salada: Acelga	Creme de mandioquinha

Obs.: O cardápio será adaptado às crianças menores de 1 ano.

* Cardápio sujeito a alteração.

Para o lanche da tarde será servido o mesmo cardápio do lanche da manhã.

Nutricionista: Amábile Ferreira CRN8 2489