



# CARDÁPIO MENSAL: MARÇO de 2017

## ETAPA 2

De 02 a 03/03	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>LANCHE MANHÃ</b>				Suco de laranja Ovo duro	Suco de maracujá Melão
<b>ALMOÇO E JANTA</b>	Feriado	Feriado	Feriado	Arroz/Feijão Guisado com molho Macarrão Salada de beterraba	Arroz/Feijão Carne de panela Moranga caramelada Salada de tomate
<b>LANCHE TARDE</b>				Suco de abacaxi Bolo de chocolate	Abacaxi, maçã, melancia
De 06 a 10/03	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Suco de maracujá Ovo duro	Suco maçã/limão Banana	Suco de laranja Pera	Suco de mamão/limão Maçã	Suco de maracujá Banana
<b>ALMOÇO E JANTA</b>	Arroz/Feijão Guisado com vagem Farofa Salada mista	Arroz/Feijão Bife com molho de tomate, cebola e pimentão Batata doce cozida Salada de brócolis	Arroz/Feijão Filé de frango Quibebe Salada de alface	Arroz /Feijão Almôndegas Espaguete Salada de cenoura	Arroz/feijão Fricassé de frango Batatas ao vapor Salada de pepino
<b>LANCHE TARDE</b>	Suco de abacaxi/hortelã Sanduiche de queijo/tomate	Suco de mamão/laranja Bolo de abacaxi	Uva, figo e banana	Suco de manga/laranja Pão integral/geleia	Maçã, melancia, abacaxi
De 13 a 17/03	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Suco de laranja Maçã	Suco de abacaxi/mamão Uva	Suco maçã/limão Manga	Suco de laranja Banana	Suco de maracujá Maçã
<b>ALMOÇO E JANTA</b>	Arroz/Lentilha Carne em tiras Polenta cremosa Salada de alface	Arroz/Feijão Bife de fígado acebolado Torta de legumes Salada de beterraba	Arroz/Feijão Frango à milanesa Purê de batatas Salada de brócolis	Arroz / Feijão Bifinho passado Batata doce cozida Salada de rúcula	Arroz/Feijão Panqueca de carne Milho na espiga Salada de couve flor
<b>LANCHE TARDE</b>	Suco de maracujá Pão de queijo	Suco de limão Pão integral com requeijão	Laranja, pera e banana	Chá gelado de maçã Bolo caseiro	Banana, uva e melão
De 27 a 31/03	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Suco de maçã/limão Melão	Suco de maracujá Figo	Suco de manga/laranja Maçã	Suco de laranja Pera	Suco de maçã/limão Banana
<b>ALMOÇO E JANTA</b>	Arroz /Lentilha Isclas de carne com molho Farofa com ovos Salada de alface	Arroz/Feijão Filé de frango com molho de maracujá Purê de batatas Salada cenoura ralada	Arroz/Feijão Carne de panela Torta de espinafre Salada de tomate cereja	Arroz/Feijão Hambúrguer caseiro Cenoura com molho branco Salada de alface	Arroz/Feijão Carne de panela Macarrão Salada mista
<b>LANCHE TARDE</b>	Suco de abacaxi/mamão Banana picada com aveia	Suco de melão/limão Sanduiche de queijo/tomate	Melancia, banana e melão	Suco de mamão/laranja Bolo de maçã	Uva, mamão e maçã

**ELABORADO PELA NUTRICIONISTA IVETE R. CICONET DORNELLES - CRN 2 0019**  
**Este cardápio eventualmente poderá ser alterado.**