

CARDÁPIO MENSAL: março e abril de 2018

ETAPA II

De 26/03 a 29/03	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Suco de laranja Ovo duro	Suco de maracujá Banana	Suco de abacaxi/hortelã Maçã	Suco de maçã/limão Melão	
ALMOÇO E JANTA	Arroz/Feijão Guisado com ervilha Polenta cremosa Salada de brócolis	Arroz/Feijão Moela de frango ensopada Batata ao vapor Salada de tomate cereja	Arroz/Lentilha Bolo de carne recheado com brócolis e requeijão Massa Salada de alface	Arroz/Feijão Carne de panela Farofa com espinafre Salada de chuchu	FELIZ PÁSCOA
LANCHE TARDE	Suco de manga/laranja Pão integral/geléia	Suco de uva Salada de frutas	Goiaba, maçã e banana	Suco de laranja Bolo caseiro de maracujá	
De 02 a 06/04	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Suco de maracujá Pera	Suco de mamão/limão Banana	Suco de laranja Ovo duro	Suco de melão/limão Manga	Suco de laranja Mamão
ALMOÇO E JANTA	Arroz/lentilha Bife com molho na panela Aipim cozido Salada de agrião	Arroz/Feijão Lingua com molho Purê de batatas Salada de alface	Arroz/Feijão Cubos de frango ensopado com cenoura Farofa Salada de couve-flor	Arroz/Feijão Guisado com moranga Couve refogada Salada de chuchu	Arroz/Feijão Fricassê de frango Batata ao vapor Salada de tomate cereja
LANCHE TARDE	Suco de laranja/cenoura Sanduiche de queijo	Suco de limão Bolo caseiro de maçã	Ameixa vermelha, uva, banana	Suco de maracujá Pitza caseira	Figo, abacaxi, maçã
De 09 a 13/04	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Suco de abacaxi Maçã	Suco de maracujá Melão	Suco de mamão/laranja Ovo duro	Suco de maçã/limão Pera	Suco de laranja Mamão
ALMOÇO E JANTA	Arroz/Feijão Guisado com ervilha Polenta cremosa Salada de brócolis	Arroz/Lentilha Carne de panela Batata doce cozida Salada de alface	Arroz/Feijão Frango no forno Massa na manteiga Salada de pepino	Arroz/Feijão Hambúguer caseiro Batata ao vapor Salada de alface	Arroz/Feijão Bife de fígado acebolado Quibebe Salada de repolho
LANCHE TARDE	Suco de manga Pão de queijo	Suco de laranja Pão caseiro integral/geleia	Abacate (pedaços), maçã, melão	Suco de limão Bolo caseiro mármore	Goiaba, caqui, banana
De 16 a 20/04	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Suco de maracujá Melão	Suco de manga Abacaxi	Suco de laranja Ovo duro	Suco de mamão/limão Maçã	Suco de abacaxi Pera
ALMOÇO E JANTA	Arroz/Feijão carioca Bife enrolado com cenoura Macarrão Salada de agrião	Arroz/Feijão Almôndegas com molho Purê de batatas Salada de cenoura	Arroz/Feijão Panqueca de carne com espinafre na massa Moranga caramelada Salada de couve-flor	Arroz/Feijão Carne em cubos Aipim cozido Salada de tomate cereja	Arroz/Feijão Bife simples Ovos picados Salada mista
LANCHE TARDE	Suco de laranja Banana picada com granola	Suco de limão Torta de bolachas	Caqui, pera, banana	Suco de melão/limão Pão cacetinho/requeijão	Kiwi, maçã, melancia

ELABORADO PELA NUTRICIONISTA IVETE R. CICONET DORNELLES - CRN 2 0019

Este cardápio eventualmente poderá ser alterado.