

**Cardápio do Almoço do Maternal I e II, Etapa I e II e Fundamental – Março de 2024**

				6ª FEIRA – 01/03
				<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz/feijão</li> <li>- Mini hamburger</li> <li>- Macarrão ao sugo</li> <li>- Salada Chicória</li> <li>- Suco Abacaxi</li> </ul>
2ª FEIRA – 04/03	3ª FEIRA – 05/03	4ª FEIRA – 06/03	5ª FEIRA – 07/03	6ª FEIRA – 08/03
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz e feijão</li> <li>- Carne de panela c/legumes</li> <li>- Salada repolho c/cenoura</li> <li>- Suco de manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz e feijão</li> <li>- Filé de frango grelhado</li> <li>- Purê de cabotiã</li> <li>- Salada Alface</li> <li>- Suco de laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz e feijão</li> <li>- Batata recheada c/carne</li> <li>- Salada de pepino c/tomate</li> <li>- Suco de melancia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz/feijão</li> <li>- Frango ao molho</li> <li>- Polenta cremosa</li> <li>- Salada mix de folhas</li> <li>- Suco de limão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz/feijão</li> <li>- Iscas de carne refogada</li> <li>- Salada de beterraba cozida</li> <li>- Salada de Alface</li> <li>- Suco de laranja</li> </ul>
2ª FEIRA – 11/03	3ª FEIRA – 12/03	4ª FEIRA – 13/03	5ª FEIRA – 14/03	6ª FEIRA – 15/03
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz e feijão</li> <li>- Carne moída à primavera</li> <li>- Saladas Acelga</li> <li>- Suco Abacaxi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz e feijão</li> <li>- Fricasse de frango</li> <li>- Salada de Chicória c/cenoura</li> <li>- Suco laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz/feijão</li> <li>- Omelete com tomates</li> <li>- Repolho refogado</li> <li>- Salada mix de folhas</li> <li>- Suco melancia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz e feijão preto</li> <li>- Lombo assado</li> <li>- Farofa rica (cenoura, ptn soja)</li> <li>- Salada Couve</li> <li>- Suco manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz/feijão</li> <li>- Supremo de frango</li> <li>- Salada Alface</li> <li>- Suco limão</li> </ul>
2ª FEIRA – 18/03	3ª FEIRA – 19/03	4ª FEIRA – 20/03	5ª FEIRA – 21/03	6ª FEIRA – 22/03
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz e feijão</li> <li>- Polenta cremosa</li> <li>- Carne moída ao sugo</li> <li>- Salada Repolho</li> <li>- Suco laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz e feijão</li> <li>- Sobrecoxa assada</li> <li>- Macarrão ao sugo</li> <li>- Salada beterraba cozida</li> <li>- Suco limão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz e feijão</li> <li>- Bife em tirinhas</li> <li>- Salada Acelga c/pepino</li> <li>- Suco abacaxi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz e feijão</li> <li>- Estrognoff de frango</li> <li>- Batata palha</li> <li>- Salada de mix de folhas</li> <li>- Suco melancia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz e feijão</li> <li>- Almondega ao sugo</li> <li>- Salada de Chicória</li> <li>- Suco manga</li> </ul>
2ª FEIRA – 25/03	3ª FEIRA – 26/03	4ª FEIRA – 27/03	5ª FEIRA – 28/03	6ª FEIRA – 29/03
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz e feijão</li> <li>- Frango refogado com legumes</li> <li>- Salada Acelga</li> <li>- Suco limão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz e feijão</li> <li>- Pernil refogado</li> <li>- Farofa colorida</li> <li>- Salada de Couve</li> <li>- Suco manga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz/feijão</li> <li>- Carne moída a primavera</li> <li>- Salada Alface c/cenoura</li> <li>- Suco abacaxi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz/feijão</li> <li>- Peixe empanado</li> <li>- Creme de milho</li> <li>- Salada Alface c/tomate</li> <li>- Suco Laranja</li> <li>- Bolo Cenoura c/cobertura</li> </ul>	<b>FERIADO</b>

\*\*\* Cardápio sujeito a alterações

Temperos sugeridos: cebola, alho, sal, cheiro verde, colorau e açafrão.

Tamires Candido – Nutricionista CRN3 38014