

15/01- 2ª FEIRA	16/01- 3ª FEIRA	17/01- 4ª FEIRA	18/01- 5ª FEIRA	19/01- 6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> Fruta: Maçã	<b>LANCHE</b> Fruta: Mamão	<b>LANCHE</b> Fruta: Goiaba	<b>LANCHE – SUCO</b> Fruta: Melão	<b>LANCHE – SUCO</b> Fruta: Abacate
<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão preto amassado Carne cozida com cenoura, chuchu e repolho	<b>ALMOÇO</b> Arroz Grão de bico amassado Carne cozida com mandioca e rúcula Salada de chuchu	<b>ALMOÇO</b> Macarrão no azeite com legumes (batata, abobrinha, cenoura, repolho) e frango	<b>ALMOÇO</b> Arroz Lentilha amassada Carne cozida com inhame Salada de brócolis e cenoura	<b>ALMOÇO</b> Arroz Grão de bico amassado Frango refogado com abobrinha, batata e escarola
<b>SOBREMESA</b> Manga	<b>SOBREMESA</b> Pera	<b>SOBREMESA</b> Abacate	<b>SOBREMESA</b> Banana	<b>SOBREMESA</b> Maçã
<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta: Banana Leite da criança	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta: Melão Leite da criança	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta: Manga Leite da criança	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta: Mamão Leite da criança	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta: Manga Leite da criança
<b>JANTAR-SOPA</b> Mandioquinha, moranga chuchu, brócolis, grão de bico e frango.	<b>JANTAR – SOPA</b> Inhame, cenoura, vagem, repolho, ervilha e frango.	<b>JANTAR – SOPA</b> Cará, cenoura, vagem, beterraba, escarola, feijão preto e carne.	<b>JANTAR-SOPA</b> <b>JANTAR – SOPA</b> Batata doce, abóbora japonesa, vagem, couve flor, feijão branco e carne.	<b>JANTAR-SOPA</b> <b>JANTAR – SOPA</b> Mandioca, cenoura, abobrinha, alface, caldo de grão de bico e carne.
<b>SUCO</b> Uva	<b>SUCO</b> Melancia	<b>SUCO</b> Laranja lima	<b>SUCO</b> Água de coco com maracujá	<b>SUCO</b> Goiaba
22/01 - 2ª FEIRA	23/01 - 3ª FEIRA	24/01 - 4ª FEIRA	25/01 - 5ª FEIRA	26/01 - 6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> Fruta: Pera	<b>LANCHE</b> Fruta: Banana	<b>LANCHE</b> Fruta: manga	<b>LANCHE</b> Fruta: Goiaba	<b>LANCHE – SUCO</b> Fruta: mamão
<b>ALMOÇO</b> Arroz integral Lentilha amassada Purê de batata doce Frango refogado Salada de couve	<b>ALMOÇO</b> Arroz Grão de bico amassado Carne cozida com abóbora japonesa Salada de couve flor e chuchu	<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão amassado Frango refogado com cará e vagem Salada de acelga e beterraba	<b>ALMOÇO</b> Arroz integral Feijão branco amassado Frango refogado com chuchu e escarola Salada de beterraba	<b>ALMOÇO</b> Arroz Ervilha amassada Frango com Abóbora e vagem Acelga refogada
<b>SOBREMESA</b> Mamão	<b>SOBREMESA</b> Abacate	<b>SOBREMESA</b> Pera	<b>SOBREMESA</b> Banana	<b>SOBREMESA</b> Melão
<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta: Goiaba Leite da criança	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta: Melão Leite da criança	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta: Maçã Leite da criança	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta: manga Leite da criança	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta:maçã Leite da criança
<b>JANTAR - SOPA</b> Batata, abobrinha, vagem, acelga, feijão, carne.	<b>JANTAR – SOPA</b> Inhame, cenoura, quiabo, espinafre, ervilha e frango.	<b>JANTAR - SOPA</b> Macarrão, batata, moranga, abobrinha, couve flor, lentilha, carne	<b>JANTAR – SOPA</b> Batata, abobrinha, moranga, vagem, repolho, lentilha, carne	<b>JANTAR – SOPA</b> Mandioca, cenoura, abobrinha, alface, caldo de grão de bico e carne.
<b>SUCO</b> Laranja lima	<b>SUCO</b> Maracujá	<b>SUCO</b> Melancia	<b>SUCO</b> Uva	<b>SUCO</b> Maracujá com água de coco
29/01- 2ª FEIRA	30/01 - 3ª FEIRA	31/01 - 4ª FEIRA	01/02- 5ª FEIRA	02/02 - 6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> Fruta: Banana	<b>LANCHE</b> Fruta: Maçã	<b>LANCHE-SUCO</b> Fruta: Pera	<b>LANCHE</b> Fruta: Manga	<b>LANCHE</b> Fruta: Mamão
<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão amassado Carne cozida com mandioquinha Salada de brócolis com chuchu	<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão branco amassado Frango refogado com abóbora japonesa e vagem Espinafre refogado	<b>ALMOÇO</b> Arroz Feijão preto amassado Frango refogado com cará e moranga Salada de alface	<b>ALMOÇO</b> Arroz Lentilha amassada Carne cozida com inhame e cenoura Salada de brócolis	<b>ALMOÇO</b> Arroz Grão de bico amassado Frango refogado com cenoura e escarola Salada de abobrinha
<b>SOBREMESA</b> Abacate	<b>SOBREMESA</b> Melão	<b>SOBREMESA</b> Goiaba	<b>SOBREMESA</b> Maçã	<b>SOBREMESA</b> Banana
<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta: Manga Leite da criança	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta: Mamão Leite da criança	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta: Banana Leite da criança	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta: Melão Leite da criança	<b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta: Abacate Leite da criança
<b>JANTAR – SOPA</b> Arroz integral, cenoura, inhame, abobrinha, acelga, grão de bico e frango.	<b>JANTAR – SOPA</b> Inhame, cenoura, beterraba, couve, ervilha e carne.	<b>JANTAR – SOPA</b> Macarrão, chuchu, cenoura, quiabo, mandioquinha, couve, carne.	<b>JANTAR-SOPA</b> Mandioca, cenoura, berinjela, repolho, feijão e frango.	<b>JANTAR-SOPA</b> Mandioquinha, Abóbora japonesa, Chuchu, Quiabo, ervilha Carne
<b>SUCO</b> Uva	<b>SUCO</b> Laranja Lima	<b>SUCO</b> Melancia	<b>SUCO</b> Água de coco c/suco de maracujá	<b>SUCO</b> Goiaba

**ATENÇÃO:** Temperos: alho (pouco); cebola (pouco); pouco as; azeite de oliva.

No cardápio de lanches, onde está descrito um tipo de fruta, a criança sempre terá outra fruta como opção.

**Cardápio sujeito a alterações em decorrência de: qualidade do produto e/ou atraso na entrega do fornecedor, e/ou dificuldade em encontrar o produto.**