

05/02- 2ª FEIRA	06/02- 3ª FEIRA	07/02- 4ª FEIRA	08/02- 5ª FEIRA	09/02- 6ª FEIRA
LANCHE Fruta: Maçã	LANCHE Fruta: Mamão	LANCHE Fruta: Goiaba	LANCHE – SUCO Fruta: Melão	LANCHE – SUCO Fruta: Abacate
ALMOÇO Arroz Feijão preto amassado Carne cozida com cenoura, chuchu e repolho.	ALMOÇO Arroz Grão de bico amassado Carne cozida com batata doce e rúcula Salada de chuchu	ALMOÇO Macarrão no azeite com legumes (batata, abobrinha, cenoura, repolho) e frango.	ALMOÇO Arroz Lentilha amassada Carne cozida com mandioquinha e espinafre Salada de brócolis e cenoura	ALMOÇO Arroz Ervilha amassado Frango refogado com moranga e vagem. Salada de acelga.
SOBREMESA Manga	SOBREMESA Pera	SOBREMESA Abacate	SOBREMESA Banana	SOBREMESA Maçã
LANCHE DA TARDE Fruta: Banana Leite da criança	LANCHE DA TARDE Fruta: Melão Leite da criança	LANCHE DA TARDE Fruta: Manga Leite da criança	LANCHE DA TARDE Fruta: Mamão Leite da criança	LANCHE DA TARDE Fruta: Pera Leite da criança
JANTAR-SOPA Mandioquinha, moranga chuchu, brócolis, lentilha e frango.	JANTAR – SOPA Inhame, cenoura, vagem, repolho, ervilha e frango.	JANTAR – SOPA Cará, cenoura, vagem, beterraba, escarola, feijão preto e carne.	JANTAR-SOPA JANTAR – SOPA Batata doce, abóbora japonesa, vagem, couve flor, feijão branco e carne.	JANTAR-SOPA JANTAR – SOPA Mandioca, cenoura, abobrinha, alface, caldo de grão de bico e carne.
SUCO Uva	SUCO Melancia	SUCO Laranja lima	SUCO Água de coco com maracujá	SUCO Goiaba
12/02 - 2ª FEIRA	13/02 - 3ª FEIRA	14/02 - 4ª FEIRA	15/02 - 5ª FEIRA	16/02 - 6ª FEIRA
			LANCHE Fruta: Mamão	LANCHE – SUCO Fruta: Maçã
FERIADO	FERIADO	FERIADO	ALMOÇO Arroz integral Feijão branco amassado Frango refogado com chuchu e escarola Salada de beterraba	ALMOÇO Arroz Ervilha amassada Frango com Abóbora e vagem Acelga refogada
			SOBREMESA Manga	SOBREMESA Melão
			LANCHE DA TARDE Fruta: Pera Leite da criança	LANCHE DA TARDE Fruta: banana Leite da criança
FERIADO	FERIADO	FERIADO	JANTAR – SOPA Batata, abobrinha, moranga, vagem, repolho, lentilha, carne.	JANTAR – SOPA Mandioca, cenoura, abobrinha, alface, caldo de grão de bico e carne.
			SUCO Água de coco com Maracujá	SUCO Uva
19/02- 2ª FEIRA	20/02 - 3ª FEIRA	21/02 - 4ª FEIRA	22/02- 5ª FEIRA	23/02 - 6ª FEIRA
LANCHE Fruta: Banana	LANCHE Fruta: Maçã	LANCHE-SUCO Fruta: Pera	LANCHE Fruta: Manga	LANCHE Fruta: Mamão
ALMOÇO Arroz Feijão amassado Carne cozida com mandioquinha Salada de brócolis com chuchu	ALMOÇO Arroz Feijão branco amassado Frango refogado com abóbora japonesa e vagem Espinafre refogado	ALMOÇO Arroz Feijão preto amassado Frango refogado com cará e moranga Salada de alface	ALMOÇO Arroz Lentilha amassada Carne cozida com inhame e cenoura Salada de brócolis	ALMOÇO Arroz Grão de bico amassado Frango refogado com cenoura e escarola Salada de abobrinha
SOBREMESA Abacate	SOBREMESA Melão	SOBREMESA Goiaba	SOBREMESA Maçã	SOBREMESA Banana
LANCHE DA TARDE Fruta: Manga Leite da criança	LANCHE DA TARDE Fruta: Mamão Leite da criança	LANCHE DA TARDE Fruta: Banana Leite da criança	LANCHE DA TARDE Fruta: Melão Leite da criança	LANCHE DA TARDE Fruta: Abacate Leite da criança
JANTAR – SOPA Arroz integral, cenoura, inhame, abobrinha, acelga, grão de bico e frango.	JANTAR – SOPA Inhame, cenoura, beterraba, couve, ervilha e carne.	JANTAR – SOPA Macarrão, chuchu, cenoura, quiabo, mandioquinha, couve, carne.	JANTAR-SOPA Mandioca, cenoura, berinjela, repolho, feijão e frango.	JANTAR-SOPA Mandioquinha, Abóbora japonesa, Chuchu, Quiabo, ervilha Carne
SUCO Uva	SUCO Laranja Lima	SUCO Melancia	SUCO Água de coco com suco de maracujá	SUCO Goiaba

26/02- 2ª FEIRA	27/02 3ª FEIRA	28/02- 4ª FEIRA	01/03- 5ª FEIRA	02/03- 6ª FEIRA
LANCHE Fruta: Maçã	LANCHE Fruta: Manga	LANCHE Fruta: Goiaba	LANCHE – SUCO Fruta: Pera	LANCHE – SUCO Fruta: Melão
ALMOÇO Arroz integral Lentilha amassada Frango refogado com quiabo e cenoura Salada de couve	ALMOÇO Arroz Grão de bico amassado Carne refogada com abóbora japonesa Salada de couve flor e chuchu	ALMOÇO Arroz Feijão amassado Frango refogado com cará e vagem Salada de acelga e beterraba	ALMOÇO Arroz Ervilha amassada Carne refogada com chuchu e espinafre Purê de mandioquinha	ALMOÇO Arroz Lentilha amassada Frango refogado com inhame, vagem e acelga
SOBREMESA Pera	SOBREMESA Banana	SOBREMESA Abacate	SOBREMESA Mamão	SOBREMESA Manga
LANCHE DA TARDE Fruta: Mamão Leite da criança	LANCHE DA TARDE Fruta: Melão Leite da criança	LANCHE DA TARDE Fruta: Maçã Leite da criança	LANCHE DA TARDE Fruta: Banana Leite da criança	LANCHE DA TARDE Fruta: Abacate Leite da criança
JANTAR - SOPA Batata, abobrinha, vagem, acelga, feijão, carne.	JANTAR - SOPA Inhame, cenoura, quiabo, espinafre, ervilha e frango.	JANTAR - SOPA Macarrão, batata, moranga, abobrinha, couve flor, lentilha, carne.	JANTAR – SOPA Batata doce, abóbora japonesa, vagem, couve flor, feijão branco e carne.	JANTAR – SOPA Mandioca, cenoura, abobrinha, alface, grão de bico e carne.
SUCO Goiaba	SUCO Uva	SUCO Melancia	SUCO Água de coco com Maracujá	SUCO Laranja lima

Observação:

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.

Nutricionista Responsável: Mônica Jácomo Mourão CRN 3582
e-mail: monicajacomourao@yahoo.com.br