

CARDÁPIO DE MARÇO DE 2022 – NUTRICIONISTA MELISSA VIANA CRN² 5252

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE Massinha/Bisnaguinha Café com leite	LANCHE Pão de queijo Leite (opção achocolatado)	LANCHE Bolo Café com leite/Chá	LANCHE Pão francês Leite ou suco natural	LANCHE Pão de sanduíche Leite (opção achocolatado)/suco
OBS.: Os pães e bolos do café da manhã são servidos com buffet de acompanhamentos (manteiga, geleia, requeijão)				
ALMOÇO Arroz branco e integral/Feijão Filé de frango (molho ao sugo opcional) Farofa Salada de repolho, alface e cenoura Sobremesa: frutas	ALMOÇO Arroz/Feijão Purê de moranga Filé suíno (medalhões/cubinhos), dourados Salada de tomate, pepino Sobremesa: frutas	ALMOÇO Arroz/Feijão Massa penne/parafuso Frango com molho Brócolis/couve-flor ao vapor Salada de beterraba e alface Sobremesa: frutas	ALMOÇO Arroz/Feijão Ovos cremosos (mexidos)/cozidos com orégano Batata souteé/Couve refogada Salada de pepino, cenoura, folhas verdes Sobremesa: frutas	ALMOÇO Arroz/Feijão Polenta gratinada com queijo Molho bolonhesa/carne de panela Salada mista Sobremesa: frutas
LANCHE Sanduíche Suco	LANCHE Bolo de cenoura Suco/Chá gelado	LANCHE Esfirra Suco	LANCHE Massinha/Bisnaguinha Leite cremoso (com gelo batido e banana congelada)	LANCHE Pizza assada de frango Suco de limão
LANCHE PÓS TURNO Rosquinha Leite(opção achocolatado)	LANCHE PÓS TURNO Pão de queijo Suco	LANCHE PÓS TURNO Massinha Chá gelado	LANCHE PÓS TURNO Biscoito salgado Suco	LANCHE PÓS TURNO Pipoca Suco