

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL NA EMEF | CRIANÇAS DE 1 A 5 ANOS
CARDÁPIO MÊS: MARÇO /2020

Refeição	3/2/2020	3/3/2020	3/4/2020	3/5/2020	3/6/2020
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
LANCHE DA MANHÃ	Frapê de maracujá Biscoito salgado	Leite Biscoito doce	Leite Bolo de maçã com aveia	Leite PÃO com MARGARINA	Creme de chocolate
ALMOÇO	Omelete assada com cheiro verde Cenoura Vicky (cenoura em rodela refogada) Salada de beterraba ralada Arroz simples Feijão simples Melão	Pernil em iscas ensopado Moranga refogada Salada de repolho com milho Arroz simples Tutu de feijão Laranja	Carne em iscas acebolada Inhame ensopado ao molho sugo Salada de chuchu com cheiro verde Arroz simples Feijão batido	Frango em cubos ensopado Farofa colorida (cenoura, cebola, ovos mexidos, e farinha de mandioca) Salada de ALFACE Arroz simples Feijão simples Laranja	Carne ensopada com chuchu Angu Salada de COUVE Arroz simples Feijão simples Maçã
REFEIÇÃO DA TARDE	Vitamina de abacate	Leite Maçã	Leite Biscoito doce	Arroz doce	Frapê de maracujá
JANTAR	Arroz temperado com molho de carne em cubos, cenoura e molho de tomate.	Macarrão "espaguete" com molho de tomate, ovos, azeitona, e cenoura.	Frango ensopado com molho de tomate e cenoura cozida Arroz simples Suco de limão	Carne cozida com batata doce e moranga Arroz simples Maçã	Feijão preto enriquecido com pernil em iscas, moranga e beterraba. Arroz simples

* Acrescentar CHEIRO VERDE nas preparações do Almoço e Prato Único TODOS OS DIAS.

**Cardápio sujeito a alterações. * Os produtos grafados em letra maiúscula são adquiridos pela instituição.

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL NA EMEF | CRIANÇAS DE 1 A 5 ANOS
CARDÁPIO MÊS: MARÇO/2020

Refeição	3/9/2020	3/10/2020	3/11/2020	3/12/2020	3/13/2020
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
LANCHE DA MANHÃ	Leite Biscoito doce	Creme com maçã caramelada	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite caramelado Bolo de limão	Leite PÃO com MARGARINA
ALMOÇO	Estrogonofe à Vidigal com frango em iscas, aveja e molho de tomate. Batata corada Salada de almeirão Arroz simples Feijão simples Mamão	Pernil em cubos refogado Inhame ensopado Salada de COUVE Arroz simples Tutu de feijão	Frango assado Cenoura Vick (cenoura em rodelas refogada) Salada de ALFACE Arroz simples Feijão simples Melancia	Carne de panela Repolho refogado Salada de cenoura cozida Arroz simples Feijão simples Maçã	Ovos cozidos com molho sugo Macarrão ao alho e óleo Salada de tomate com beterraba ralada Arroz simples Feijão simples Laranja
REFEIÇÃO DA TARDE	Vitamina de mamão com banana	Frapê de maracujá Bolo Fim de Tarde	leite Biscoito doce	Leite Maçã	Vitamina de abacate
JANTAR	Polenta à Baiana com carne bovina, chuchu e molho de tomate.	Carne em cozida com legumes (carne bovina, batata doce, moranga) Arroz simples	Feijão Tropeiro com pernil, ovos mexidos, farinha de mandioca e COUVE. Limonada Suíça	Arroz temperado com molho de tomate, frango, lentilha e cenoura.	Escondidinho de carne bovina com batata, cebola, molho de tomate e azeitona. Arroz simples

* Acrescentar CHEIRO VERDE nas preparações do Almoço e Prato Único TODOS OS DIAS.

**Cardápio sujeito a alterações. * Os produtos grafados em letra maiúscula são adquiridos pela instituição.

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL NA EMEF | CRIANÇAS DE 1 A 5 ANOS
CARDÁPIO MÊS: MARÇO /2020

Refeição	3/16/2020	3/17/2020	3/18/2020	3/19/2020	3/20/2020
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
LANCHE DA MANHÃ	Leite Biscoito doce	Suco de abacaxi PÃO com MARGARINA	Creme com banana caramelada	Leite com chocolate Biscoito salgado	leite Bolo de cenoura
ALMOÇO	Carne cozida com abobrinha e tomate Batata doce sautéé Arroz simples Feijão batido Mamão	Estrogonofe de frango Batata corada Salada de ALFACE Arroz simples Feijão simples	Ovos mexidos COUVE refogada Salada de cenoura ralada Arroz simples Feijão simples Laranja	Carne de panela Moranga ensopada Salada de lentilha com tomate Arroz simples Feijão simples Melão	Lombo de panela Farofa colorida com ovos, cenoura ralada, cebola e farinha de mandioca. Salada de beterraba cozida Arroz simples Feijão simples Maçã
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite Banana prata	Arroz doce	Vitamina de mamão	Frapê de maracujá	Vitamina de abacate
JANTAR	Macarrão "espaguete" com molho de tomate, sardinha, cebola e azeitona.	Polenta com molho de tomate, frango e chuchu. Banana prata	Farofão com pernil, tomate, cenoura ralada, farinha de mandioca e arroz. Suco de limão	Frango em cubos com cenoura, tomate, e molho de tomate. Arroz simples	Baião de três com carne, COUVE, arroz e feijão.

* Acrescentar CHEIRO VERDE nas preparações do Almoço e Prato Único TODOS OS DIAS.

**Cardápio sujeito a alterações. * Os produtos grafados em letra maiúscula são adquiridos pela instituição.

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL NA EMEF | CRIANÇAS DE 1 A 5 ANOS
CARDÁPIO MÊS: MARÇO/2020

Refeição	3/23/2020	3/24/2020	3/25/2020	3/26/2020	3/27/2020
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
LANCHE DA MANHÃ	Vitamina de banana e aveia Biscoito doce	Leite caramelado PÃO com MARGARINA	Creme de chocolate	Leite Bolo de limão	Leite com chocolate Biscoito salgado
ALMOÇO	Macarrão com molho de sardinha Salada de ALFACE com tomate Arroz simples Feijão simples	Carne cozida Polenta ao sugo Chuchu refogado com tomate Arroz simples Feijão simples Mamão	Pernil em iscas refogado Inhame ensopado Salada de beterraba ralada Arroz simples Feijão simples Banana prata	Ovos cozidos com molho sugo Virado de COUVE, cebola e farinha de milho. Salada de tomate Arroz simples Feijão batido Laranja	Frango em cubos refogado Repolhonese (repolho, cenoura, abacaxi e maionese) Arroz simples Feijão simples Melancia
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite Mamão	Vitamina de abacate Broa de fubá com laranja	Frapê de maracujá	Leite Biscoito salgado	Leite Maçã
JANTAR	Feijão preto enriquecido com carne bovina, moranga e beterraba. Arroz simples	Macarrão com molho de tomate, frango e cenoura.	Arroz temperado com molho de tomate, frango, cenoura e vagem.	Frango em cubos refogao com cenoura, chuchu e tomate. Arroz simples	Estrogonofe à Vidigal de carne com cenoura, aveia e molho de tomate. Arroz simples

* Acrescentar CHEIRO VERDE nas preparações do Almoço e Prato Único TODOS OS DIAS.

**Cardápio sujeito a alterações. * Os produtos grafados em letra maiúscula são adquiridos pela instituição.