

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - MARÇO 2022

DATA		3/1/2022	3/2/2022	3/3/2022	3/4/2022
REFEIÇÃO		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ				Café com Leite PÃO com MANTEIGA	Leite caramelado Bolo de cenoura
ALMOÇO	Recesso	Feriado	Recesso	Cubos de filé de frango refogado com AÇAFRÃO Batata doce <i>sauté</i> Salada de pepino com tomate Arroz simples Feijão simples	Carne moída refogada Moranga refogada Salada de ALFACE Arroz simples Feijão preto Laranja pera
REFEIÇÃO DA TARDE				Sardinha à mexicana Arroz à grega Melancia	Polenta com pernil, cenoura e chuchu

Observação:
Cardápio sujeito a alterações. Gêneros grafados em maiúsculas são adquiridos pela própria unidade.

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - MARÇO 2022

DATA	3/7/2022	3/8/2022	3/9/2022	3/10/2022	3/11/2022
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Biscoito Cream Cracker	Leite saborizado com beterraba Banana nanica	Leite caramelado Bolo simples	Salada de frutas com laranja e mamão Farinha de aveia com leite em pó	Café com Leite PÃO com MANTEIGA
ALMOÇO	Carne de panela Abobrinha refogada Angu Salada de COUVE Arroz simples Feijão batido	Linguiça acebolada Chuchu refogado Salada de cenoura ralada Arroz simples Tutu de feijão	Cubos de pernil refogados Moranga assada Salada de tomate Molho de limão Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados Virado de repolho Salada de beterraba cozida Arroz simples Feijão simples	Ovos mexidos Batata sauté Salada de ALFACE com laranja Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Feijão enriquecido com carne bovina, moranga e beterraba Arroz Simples Laranja	Arroz chinês com filé de frango, ovos, tomate, pimentão e acelga	Arroz Doce	Macarrão parafuso com molho de pernil, abobrinha e tomate	Arroz temperado com carne bovina, cenoura e repolho Melão

Observação:

Cardápio sujeito a alterações. Gêneros grafados em maiúsculas são adquiridos pela própria unidade.

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - MARÇO 2022

DATA	3/14/2022	3/15/2022	3/16/2022	3/17/2022	3/18/2022
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Vitamina rosé Mamão	Café com leite Rosquinha de coco	Leite caramelado PÃO com manteiga	Mingau de fubá	Suco de abacaxi com HORTELÃ Bolo salgado de moranga
ALMOÇO	Carne moída com chuchu Salada de pepino Molho simples Arroz simples Feijão simples	Isclas de pernil refogadas Moranga refogada Salada de repolho Molho de limão Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos Maionese caseira de batata, cenoura e chuchu Salada de COUVE Arroz simples Feijão simples Laranja pera	Cubos de pernil refogado Macarrão parafuso ao alho e óleo Salada de couve flor com cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Isclas de filé de frango refogadas Batata doce assada Salada de ALFACE Arroz simples Feijão batido
REFEIÇÃO DA TARDE	Baião com linguiça, repolho e cenoura	Bolo simples Leite Caramelado Banana nanica	Estrogonofe à Vidigal com filé de frango Arroz simples	Polenta como carne moída, tomate e chuchu Melancia	Feijão Tropeiro com pernil (COUVE) Arroz Simples

Observação:

Cardápio sujeito a alterações. Gêneros grafados em maiúsculas são adquiridos pela própria unidade.

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - MARÇO 2022

DATA	3/21/2022	3/22/2022	3/23/2022	3/24/2022	3/25/2022
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Arroz Doce	Vitamina de abacate Banana prata	Café com leite Biscoito maisena	Leite caramelado PÃO com MANTEIGA	Café com leite Bolo de fubá
ALMOÇO	Estrogonofe de carne bovina Salada de repolho com cenoura Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil acebolado Tabule Abobrinha refogada Arroz Simples Feijão Batido	Coxa e sobrecoxa assadas Farofa de Beterraba Salada de tomate Arroz simples Feijão Simples	Omelete Batata ensopada Salada de COUVE Arroz simples Feijão simples Abacaxi	Isclas de filé de frango refogadas Berinjela refogada com tomate e cebola Salada de ALFACE Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Baião com ovos, chuchu, COUVE e tomate Laranja pera	Sanduíche com molho de carne, cenoura e tomate Suco de limão	Arroz com lentilha, filé de frango, cenoura e vagem	Carne de panela com inhame e moranga Arroz simples	Macarrão na chapa com pernil, repolho e cenoura Maçã

Observação:
Cardápio sujeito a alterações. Gêneros grafados em maiúsculas são adquiridos pela própria unidade.

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - MARÇO 2022

DATA	3/28/2022	3/29/2022	3/30/2022	3/31/2022	
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Biscoito maisena	Suco de maracujá Ovos mexidos com farinha de mandioca	Frapê de manga Banana prata	Café com Leite PÃO com MANTEIGA	
ALMOÇO	Ovos cozidos Macarrão cremoso de forno Salada de Acelga com cenoura ralada Arroz simples Feijão simples Abacaxi	Carne de panela com inhame Salada mix de repolho Molho simples Arroz simples Feijão simples	Feijão tropeiro com pernil Vinagrete COUVE refogada Arroz simples	Cubos de filé de frango refogado com AÇAFRÃO Batata <i>sauté</i> Salada de pepino com tomate Arroz simples Feijão simples	
REFEIÇÃO DA TARDE	Farofão de carne bovina, chuchu, COUVE e tomate Feijão batido	Escondidinho de batata com filé de frango e cenoura Arroz simples Banana prata	Bolo de limão Café com Leite	Sardinha à mexicana Arroz com vagem Melancia	

Observação:

Cardápio sujeito a alterações. Gêneros grafados em maiúsculas são adquiridos pela própria unidade.