

## Cardápio Fundamental –1 a 4 de março

	<b>3 Quinta</b>	<b>4 Sexta</b>
<b>Café da manhã</b>	Misto quente Maçã Suco de maracujá	Esfirra de carne Uva Suco de laranja
<b>Almoço</b>	Salada de tomate Macarrão à bolonhesa Brócolis refogado Melão Suco de limão  Veg: macarrão ao sugo/bolinho de lentilha	Salada de almeirão Arroz e feijão Omelete com queijo Purê de abóbora Goiaba Suco de morango
<b>Lanche da tarde</b>	Bolinho de queijo Banana Suco de melancia	Folhado de chocolate Manga Suco de abacaxi



**Nutricionista:**  
Carla Caratin – CRN3 11.440

**Observação:** Frutas e legumes poderão sofrer alterações caso não estejam com a qualidade esperada.

## Cardápio G2 a G4 – 7 a 11 de março

	<b>7 Segunda</b>	<b>8 Terça</b>	<b>9 Quarta</b>	<b>10 Quinta</b>	<b>11 Sexta</b>
<b>Café da manhã</b>	Pão de queijo Melão Suco de morango	Tapioca com queijo Uva Suco de maracujá	Mini pizza Maçã Suco de laranja	Enroladinho Banana Suco de abacaxi	Bolo de cenoura com cobertura Kiwi Suco de manga
<b>Almoço</b>	Salada de alface Arroz e feijão Carne moída refogada Purê de batata Pera Suco de uva  Veg.: croquete de lentilha	Salada de pepino Arroz e feijão Panqueca de frango Chuchu refogado Mamão Suco de laranja  Veg.: panqueca vegana de legumes	Salada de couve Arroz e feijão preto Isca de carne Farofa de cenoura Banana Suco de melancia  Veg.: Feijoada vegana	Salada de tomate Macarrão ao sugo Frango assado Abobrinha refogada Melancia Suco de limão  Veg.: hambúrguer vegetariano	Salada de escarola Arroz e feijão Ovos mexidos Cenoura sauté Goiaba Suco de morango
<b>Lanche da tarde</b>	Esfirra de frango Maçã Suco de laranja	Bolo de chocolate com cobertura Manga Suco de uva	Pão caseiro recheado Caqui Suco de morango	Folhado com catupiry Pera Suco de melancia	Pastel de queijo Melão Suco de maracujá

## Cardápio G2 a G4 – 14 a 18 de março

	<b>14 Segunda</b>	<b>15 Terça</b>	<b>16 Quarta</b>	<b>17 Quinta</b>	<b>18 Sexta</b>
<b>Café da manhã</b>	Pão francês integral com queijo branco quente Banana Suco de manga	Pão de batata com requeijão Melancia Suco de limão	Folhado de queijo Mamão Suco de laranja	Esfirra de frango Maçã Suco de uva	Bolo formigueiro Melão Suco de maracujá
<b>Almoço</b>	Salada de beterraba cozida Arroz e feijão Omelete de queijo Couve refogada Maçã Suco de abacaxi  Vegano: omelete de grão-de-bico	Salada de rúcula Arroz e feijão Frango a milanesa Creme de milho Abacaxi Suco de uva  Veg: bolinho de legumes	Salada de tomate Arroz e feijão Quibe assado Beterraba sauté Pera Suco de morango  Veg: quibe vegano	Salada de alface Macarrão na manteiga Frango desfiado ao molho Abóbora refogada Melão Suco de limão  Veg: almôndegas veganas	Salada de pepino Arroz e feijão Escondidinho de carne Escarola refogada Banana Suco de laranja Veg: escondidinho de legumes
<b>Lanche da tarde</b>	Pão caseiro recheado Ameixa Suco de laranja	Coxinha Maçã Suco de uva	Pão de queijo Melão Suco de manga	Enroladinho Caqui Suco de morango	Mini-pizza Manga Suco de abacaxi

## Cardápio G2 a G4 – 21 a 25 de março

	<b>21 Segunda</b>	<b>22 Terça</b>	<b>23 Quarta</b>	<b>24 Quinta</b>	<b>25 Sexta</b>
<b>Café da manhã</b>	Tapioca com queijo Melão Suco de laranja	Pão caseiro recheado Pera Suco de morango	Pão de queijo Uva Suco de maracujá	Misto quente Melancia Suco de abacaxi	Enroladinho Uva Suco de limão
<b>Almoço</b>	Salada de agrião Arroz e feijão Frango ensopado Polenta nutritiva Banana Suco de limão  Veg: ensopado de legumes	Salada de cenoura cozida Arroz e feijão Hamburguer caseiro Batata assada Melancia Suco de uva  Veg: hambúrguer vegano	Couve refogada Arroz e feijão preto Isca de frango Farofa de cenoura Laranja Suco de manga  Veg: Feijoada vegana	Salada de chuchu Macarrão na manteiga Almôndegas ao molho Brócolis refogado Abacaxi Suco de laranja  Veg: bolinho de lentilha	Salada de almeirão Arroz e feijão Ovos mexidos Purê de abóbora Ameixa Suco de melancia
<b>Lanche da tarde</b>	Esfirra de frango Maçã Suco de maracujá	Bolo de coco gelado Manga Suco de abacaxi	Bolinho de carne Mamão Suco de laranja	Pão caseiro recheado Banana Suco de morango	Tortinha de banana de massa folhada Maçã Suco de limão

## Cardápio G2 a G4 – 28 de março a 1º de abril

	<b>28 Segunda</b>	<b>29 Terça</b>	<b>30 Quarta</b>	<b>31 Quinta</b>	<b>1º Sexta</b>
<b>Café da manhã</b>	Esfirra de carne Mamão Suco de maracujá	Mini-pizza Maçã Suco de morango	Queijo quente Banana Suco de laranja	Folhado de catupiry Melancia Suco de uva	Bolo de maçã com canela Melão Suco de manga
<b>Almoço</b>	Salada de beterraba ralada Arroz e feijão Escondidinho de carne Abobrinha refogada Caqui Suco de morango  Veg: Escondidinho de legumes	Salada de batata Arroz e feijão Frango assado Escarola refogada Abacaxi Suco de laranja  Veg: Falafel	Salada de alface Arroz e feijão Omelete de queijo Couve-flor refogada Maçã Suco de limão	Salada de pepino Lasanha à bolonhesa Cenoura sauté Melão Suco de abacaxi  Veg: Bolinho de ervilha	Salada de almeirão Arroz e feijão Panqueca de frango Abóbora refogada Pera Suco de melancia  Veg: Panqueca de legumes
<b>Lanche da tarde</b>	Folhado de queijo Pera Suco de laranja	Enroladinho Melão Suco de uva	Pão caseiro recheado Uva Suco de maracujá	Pão de queijo Manga Suco de morango	Coxinha Abacaxi Suco de limão