

Grau Escolar: Maternal e Pré		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1º, 3º e 5º Semanas	Café da manhã 8h / Lanche da Tarde 15h	Biscoito salgado simples Achocolatado (leite com chocolate 50%)	Pão de leite (Opção margarina/requeijão) Suco de fruta	Rosquinha Fruta	Pão de leite (Opção margarina/requeijão) Chá	Lancheira Saudável
	Almoço 11:30h	Arroz e feijão Ovos mexidos com abobrinha Polenta cremosa Salada de tomate Fruta	Arroz e feijão Frango grelhado Beterraba cozida Salada de alface Fruta	Arroz e feijão preto Carne cozida com batata Salada de couve Fruta	Arroz e feijão Frango ensopado com abóbora Salada de acelga Fruta	Macarrão ao molho bolonhesa com cenoura Salada de pepino Gelatina
	Pré jantar 16:30h	Sopa de fubá, feijão, abobrinha, tomate, batata doce e escarola	Sopa de arroz, frango, beterraba, mandioquinha, chuchu e couve	Sopa de macarrão, carne, batata, tomate, chuchu e couve	Sopa de arroz, frango, abóbora, mandioquinha, cenoura e acelga	Sopa de macarrão, carne, cenoura, batata, abobrinha e acelga
2º e 4º Semanas	Café da manhã 8h / Lanche da Tarde 15h	Pão de leite (Opção margarina/requeijão) Chá	Biscoito salgado simples Achocolatado (leite com chocolate 50%)	Pão de leite (Opção margarina/requeijão) Fruta	Rosquinha Suco de fruta	Lancheira Saudável
	Almoço 11h30	Arroz e feijão Omelete de legumes Salada de alface Fruta	Arroz e feijão Carne moída com cenoura e inhame Salada de repolho Fruta	Arroz e feijão Frango cozido com chuchu Salada de tomate Fruta	Arroz e feijão Carne moída com abobrinha Purê de batata Salada de pepino Fruta	Macarrão ao molho sugo de frango desfiado Salada de escarola Gelatina
	Pré jantar 16h30	Sopa de macarrão, feijão, mandioquinha, abóbora, chuchu e repolho	Sopa de arroz, carne, inhame, abobrinha, cenoura, e repolho	Sopa de macarrão, frango, chuchu, tomate, batata doce, e acelga	Sopa de arroz, carne, abobrinha, batata, cenoura e escarola	Sopa de macarrão, frango, mandioquinha, chuchu, abóbora e escarola

Nutricionista: Beatriz Ferreira Gonçalves – CRN3 57006

Obs: Cardápio sujeito à alteração de acordo com: alimentos da época / orientação médica / alergia ou intolerância.