


CARDÁPIO DE LANCHES - MARÇO

			Quinta 01	Sexta 02
Cila Omine Nutricionista CRN3 5440			Lanche manhã	Lanche manhã
			Bolo Caseiro de Milho Suco	Bisnaguinha Integral c/ Requeijão suco
			Lanche tarde	Lanche tarde
			Pão Sovado c/ Queijo Branco Suco	Pão Egg c/ Queijo suco
Segunda 05	Terça 06	Quarta 07	Quinta 08	Sexta 09
Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã
Torrada Integral c/ Geleia Natural de Frutas Suco	Pão Caseiro de leite c/ Peito de Peru Suco	Pão Sovado c/ Requeijão Suco	Pão Carteira de Milho c/ Queijo Suco	Pão de Coco c/ Queijo suco
Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde
Esfiha de Frango Suco	Pão de Forma c/ Queijo suco	Bolo Caseiro Formigueiro Iogurte Líquido	Pãozinho Caseiro de Salsa c/ Requeijão Suco	Pão Francês Integral c/ Cream Cheese suco

Segunda 12	Terça 13	Quarta 14	Quinta 15	Sexta 16
Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã
Biscoito de Polvilho Achocolatado	Pão Egg c/ Requeijão Suco	Mini Brioche Caseiro de Coco c/ Queijo Suco	Pão de Milho c/ c/ Queijo Branco Suco	Rosquinha de Coco Suco
Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde
Esfiha de Queijo Branco Suco	Bisnaguinha c/ Cream Cheese suco	Pão de Coco c/ Pate de Cenoura Suco	Pão de Forma Integral c/ Peito de Peru suco	Pão Sovado c/ Queijo suco
Segunda 19	Terça 20	Quarta 21	Quinta 22	Sexta 23
Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã
Bolacha Salgada Integral c/ Requeijão Suco	Mini Croissant c/ Patê de Queijos Suco	Bolo Caseiro de Laranja Suco	Pão de Forma Integral c/ Queijo Suco	Pão Egg c/ Queijo Suco
Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde
Pão de Batata c/ Requeijão Suco	Pão Caseirinho c/ Queijo Suco	Pão de Coco c/ Requeijão Leite Fermentado	Pão de Queijo Suco	Pão Francês c/ Queijo Suco
Segunda 26	Terça 27	Quarta 28	Quinta 29	Sexta 30
Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	
Torrada Integral c/ Geléia natural Suco	Pão de Coco c/ Queijo Suco	Bisnaguinha Integral c/ Cream Cheese Suco	Pão de Milho c/ Queijo Suco	
Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde	Lanche tarde	
Esfiha de Carne Suco	Pão Egg c/ Requeijão Suco	Lanchinho de Pascoa Suco	Bolo Caseiro de Coco Suco	



CARDÁPIO DE MARÇO - PAPINHA



Cila Omine
Nutricionista - CRN3 5440

				Quinta 01	Sexta 02
				Mandioca Cenoura Agrião Carne Caldo de Feijão	Cará Abobrinha Couve manteiga Frango Caldo de Lentilha
Segunda 05	Terça 06	Quarta 07	Quinta 08	Sexta 09	
Macarrão Chuchu Brócolis Carne Caldo de Feijão	Batata doce Beterraba Repolho Frango Caldo de Ervilha	Arroz Abóbora Almeirão Carne Caldo de Feijão	Mandioquinha Abobrinha Escarola Gema de Ovo Caldo de Grão de Bico	Batata Cenoura Rúcula Frango Caldo de Feijão	
Segunda 12	Terça 13	Quarta 14	Quinta 15	Sexta 16	
Macarrão Chuchu Couve-flor Carne Caldo de Lentilha	Inhame Abóbora Chicória Frango Caldo de Feijão Branco	Cará Beterraba Espinafre Gema de ovo Caldo de Ervilha	Mandioca Cenoura Acelga Carne Caldo de Feijão	Batata doce Abobrinha Couve manteiga Frango Caldo de Lentilha	

Segunda 19	Terça 20	Quarta 21	Quinta 22	Sexta 23
<p>Macarrão</p> <p>Cenoura</p> <p>Brócolis</p> <p>Carne</p> <p>Caldo de Feijão</p>	<p>Mandioquinha</p> <p>Chuchu</p> <p>Agrião</p> <p>Gema de ovo</p> <p>Caldo de Ervilha</p>	<p>Batata</p> <p>Abobrinha</p> <p>Escarola</p> <p>Frango</p> <p>Caldo de Grão de Bico</p>	<p>Arroz</p> <p>Abóbora</p> <p>Rúcula</p> <p>Carne</p> <p>Caldo de Feijão</p>	<p>Inhame</p> <p>Beterraba</p> <p>Repolho</p> <p>Frango</p> <p>Caldo de Ervilha</p>
Segunda 26	Terça 27	Quarta 28	Quinta 29	
<p>Macarrão</p> <p>Cenoura</p> <p>Couve-flor</p> <p>Carne</p> <p>Caldo de Lentilha</p>	<p>Cará</p> <p>Abobrinha</p> <p>Espinafre</p> <p>Frango</p> <p>Caldo de Feijão Branco</p>	<p>Batata doce</p> <p>Chuchu</p> <p>Acelga</p> <p>Carne</p> <p>Caldo de Ervilha</p>	<p>Mandioca</p> <p>Abóbora</p> <p>Almeirão</p> <p>Gema de Ovo</p> <p>Caldo de Feijão</p>	

CARDÁPIO DE MARÇO - JANTAR



Cila Omine
Nutricionista - CRN3 5440

Quinta 01

Sexta 02

Sopa de Feijão Branco com
Batata e Legumes

Sopa Creme de Cebola
com Batata e Frango

Segunda 05

Terça 06

Quarta 07

Quinta 08

Sexta 09

Sopa de Lentilha
com Legumes e Carne

Canja
(Arroz, Batata,
Frango e Cenoura)

Sopa de Feijão com
Inhame e Legumes

Sopa Creme de
Mandioquinha com Frango

Sopa de Fubá com
Couve manteiga e
Músculo

Segunda 12

Terça 13

Quarta 14

Quinta 15

Sexta 16

Sopa Creme de Ervilhas
com Batata e Frango

Sopa de Grão de Bico
com Batata, Repolho e Carne

Canja
(Arroz, Batata,
Frango e Cenoura)

Sopa de Feijão com
Mandioca e Legumes

Sopa Creme de Palmito
com Batata e Frango

Segunda 19

Terça 20

Quarta 21

Quinta 22

Sexta 23

Sopinha Minestrone
(Macarrãozinho, Feijão,
Carne moída e Abobrinha)


Sopa Creme de Milho
com Frango

Sopa Creme de Espinafre
com Inhame e Frango


Canja
(Arroz, Batata,
Frango e Cenoura)



Sopa de Feijão com
Cará e Legumes

Segunda 26	Terça 27	Quarta 28	Quinta 29
Canja (Arroz, Batata, Frango e Cenoura)	Sopa Creme de Abóbora com Frango	Sopa Creme de Queijos com Batata e Carne	Sopa de Feijão com Batata doce e Legumes



CARDÁPIO DE MARÇO - ALMOÇO

	<p align="center">Cila Omine Nutricionista - CRN3 5440</p>		<p align="center">Quinta 01</p> <p>Caracolinho ao sugo Picadinho de Frango Acelga refogada c/ Cenoura</p> <p align="center">Salada</p> <p align="center">Fruta e Suco</p>	<p align="center">Sexta 02</p> <p>Arroz e Feijão Isclas de Carne Batata rústica</p> <p align="center">Salada</p> <p align="center">Fruta e Suco</p>
			<p align="center">Segunda 05</p> <p>Arroz e Feijão Filé de Sobrecoxa Bouquet misto Salada Gelatina e Suco</p>	<p align="center">Terça 06</p> <p>Arroz e Feijão Kibe de forno c/ Requeijão Abóbora refogada Salada Fruta e Suco</p>

Segunda 12	Terça 13	Quarta 14	Quinta 15	Sexta 16
Arroz e Feijão Almôndegas ao sugo Jardineira de Legumes Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Bobó de Frango Milho no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Carne moída com Batata Couve refogada Salada Mousse de Maracujá e Suco	Gravatinha ao sugo Isclas de Frango Beterraba no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Carne assada c/ molho Chuchu no vapor Salada Fruta e Suco
Segunda 19	Terça 20	Quarta 21	Quinta 22	Sexta 23
Arroz e Feijão Frango assado Polenta cremosa Salada Gelatina e Suco	Arroz e Feijão Guioza de Carne Brócolis no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz Strogonoff de Carne Batata palha Salada Pudim de Maria Mole e Suco	Arroz e Feijão Preto Omelete de forno Rodelas de Cenoura no vapor Salada Fruta e Suco	Parafuso ao sugo Filé de Frango Ervilhas no vapor Salada Fruta e Suco
Segunda 26	Terça 27	Quarta 28	Quinta 29	
Arroz e Feijão Hambúrguer de Carne Purê de Mandioquinha Salada Gelatina Suco	Arroz e Feijão Picadinho de Carne Virado de Vagem Salada Fruta Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe assado Creme de Mill  Salada e Suco Mousse de Biscoito Óreo Especial de Páscoa	Arroz Canelone de Queijo e Peito de Peru ao sugo Espinafre refogado Salada Fruta e Suco	