


Santana LANCHES - Março

SEGUNDA 02	TERÇA 03	QUARTA 04	QUINTA 05	SEXTA 06
Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã
Magic toast com cream cheese Suco	Pão de milho com manteiga Suco	Baguete de leite com cream cheese Leite Fermentado	Pão pesto com queijo branco Suco	Pão egg com requeijão Suco
Lanche Tarde	Lanche Tarde	Lanche Tarde	Lanche Tarde	Lanche Tarde
Esfiha de carne Suco	Pão sovado com patê de atum Suco	Pão forma com queijo Suco	Polvilho Suco	Mini ciabatta com peru Suco
SEGUNDA 09	TERÇA 10	QUARTA 11	QUINTA 12	SEXTA 13
Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã
Bolacha salgada com manteiga Suco	Pão de milho com requeijão Suco	Rosquinha Suco	Bisnaguinha com manteiga Suco	Pão de milho com queijo Suco
Lanche Tarde	Lanche Tarde	Lanche Tarde	Lanche Tarde	Lanche Tarde
Bolo de laranja Suco	Pão sovado com cream cheese Leite com cacau	Pão egg com queijo Suco	Baguete de leite com cream cheese Leite fermentado	Pão de forma com requeijão Suco

SEGUNDA 16	TERÇA 17	QUARTA 18	QUINTA 19	SEXTA 20
Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã
Iogurte grego Suco	Bisnaguinha com requeijão Suco	Pão de ervas com patê de abacate Suco	Pão sovado com peru Suco	Polvilho orgânico Leite c/ Cacau em pó
Lanche Tarde	Lanche Tarde	Lanche Tarde	Lanche Tarde	Lanche Tarde
Sequinhos de Fubá Suco	Pão egg com queijo branco Suco	Pão de forma com cream cheese Iogurte	Francês com queijo Suco	Pão de cebola com manteiga Suco
SEGUNDA 23	TERÇA 24	QUARTA 25	QUINTA 26	SEXTA 27
Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã	Lanche manhã
Torrada com geleia natural de frutas Suco	Biscoito de coco Suco	Pão egg com peru Iogurte	Bolo de milho Suco	Pão de azeite com manteiga Suco
Lanche Tarde	Lanche Tarde	Lanche Tarde	Lanche Tarde	Lanche Tarde
Pão francês com queijo Suco	Pão de queijo Suco	Cookies de aveia Suco	Mini pão de beterraba com requeijão Suco	Esfiha de carne Suco
SEGUNDA 30	TERÇA 31	<p>Cila Omine Nutricionista</p> <p><i>Cila Omine Ikato</i></p>		
Lanche manhã	Lanche manhã			
Rosquinhas de leite Suco	Pão egg com manteiga Suco			
Lanche Tarde	Lanche Tarde			
Esfiha de queijo Suco	Pão sovado com requeijão Suco			

CARDÁPIO DE MARÇO - JANTAR

Segunda 02	Terça 03	Quarta 04	Quinta 05	Sexta 06
Sopa Creme de Espinafre com Inhame e Frango	Sopa de Fubá com Legumes e Carne	Canja (Arroz, Batata, Frango e Cenoura)	Sopa de Feijão com Cará e Legumes	Sopa Creme de Batata doce com Couve manteiga e Frango
Segunda 09	Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13
Sopa de Legumes com Macarrãozinho e Carne	Canja (Arroz, Batata, Frango e Cenoura)	Sopa de Feijão com Inhame e Legumes	Sopa de Abóbora com Couve refogada e Carne	Sopa Creme de Milho com Batata e Frango
Segunda 16	Terça 17	Terça 18	Quinta 19	Sexta 20
Sopa de Lentilha com Legumes	Sopa Creme de Couve-flor com Batata e Carne	Canja (Arroz, Batata, Frango e Cenoura)	Sopa de Feijão com Mandioca e Legumes	Sopa Creme de Mandioquinha com Batata e Frango
Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	Quinta 26	Sexta 27
Sopa Minestrone (Macarrão, Carne moída Feijão e Abobrinha)	Canja (Arroz, Batata, Frango e Cenoura)	Sopa de Feijão com Mandioquinha e Legumes	Sopa de Brócolis com Inhame e Frango	Sopa Creme de Cebola com Carne
Segunda 30	Terça 31			
Sopa de Ervilhas com Batata, Macarrãozinho e Frango	Sopa Creme de Palmito com Batata e Carne			<p>Cila Omine Nutricionista CRN3 5440</p> <p><i>Cila Omine Ikato</i></p>

CARDÁPIO DE MARÇO - ALMOÇO

Segunda 02	Terça 03	Quarta 04	Quinta 05	Sexta 06
Arroz e Feijão Almôndegas ao sugo Purê de Batata Salada Gelatina de Abacaxi e Suco	Arroz e Feijão Filé de Frango Abobrinha no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Carne assada c/ Molho Farofa nutritiva (c/ aveia) Salada Fruta e Suco	Espaguete ao sugo Picadinho de Frango Jardineira de Legumes Salada Fruta e Suco	Arroz Strogonoff de Carne Batata sauté Salada Fruta e Suco
Segunda 09	Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13
Arroz e Feijão Frango assado Brócolis no vapor Salada Gelatina de Morango e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe assado Creme de Milho Salada Fruta e Suco	Parafuso ao sugo Escalopinho de Carne Chuchu refogado Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Omelete na chapa Purê de Mandioquinha Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Panqueca de Carne ao sugo Acelga refogada c/ Ervilhas Salada Fruta e Suco
Segunda 16	Terça 17	Quarta 18	Quinta 19	Sexta 20
Arroz e Feijão Hambúrguer grelhado Polenta Cremosa Salada Gelatina de Uva e Suco	Arroz e Feijão Frango à Chinesa (c/ Brócolis e Cenoura) Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Filé Mignon Suíno Creme de Espinafre Salada Fruta e Suco	Arroz Strogonoff de Frango Batata corada Salada Fruta e Suco	Gravatinha ao sugo Picadinho de Carne Beterraba Ondulada Salada Fruta e Suco

Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	Quinta 26	Sexta 27
Arroz e Feijão Filé de Sobrecoxa Creme de Milho Salada Gelatina de Pêssego e Suco	Arroz e Feijão Iscas de Carne Virado de Couve Salada Fruta e Suco	Arroz Canelone ao sugo (c/ Queijo e Peito de Peru) Repolho refogado Salada, Fruta e Suco	Arroz e Feijão Preto Escondidinho de Carne c/ Purê de Batata Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe assado Jardineira de Legumes Salada Fruta e Suco
Segunda 30	Terça 31			
Arroz e Feijão Kibe assado Purê de Abóbora Salada Gelatina de Morango e Suco	Arroz e Feijão Filé de Frango Berinjela à Pizzaiolo Salada Fruta e Suco			Cila Omine Nutricionista CRN3 5440 <i>Cila Omine Batista</i>