



## CARDÁPIO FEVEREIRO/2019

ALMOÇO GERAL					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
2ºSem	Arroz 4 Feijão Carne moída refogada Espaguete ao molho Alface roxa e cenoura ralada	Arroz 5 Feijão Filé de frango Legumes refogados na manteiga Alface crespa e brócolis	Arroz 6 Feijão Ovo cozido Macarrão á primavera (com cenoura ralada, couve-flor e milho) Beterraba ralada e chuchu	Arroz 7 Lentilha Carne de panela Batata cozida Pepino japonês e tomate	Arroz <b>integral</b> 8 Feijão Coxa e sobrecoxa assada Creme de milho Mix de folhosos com maçã
3ºSem	Arroz 11 Feijão Tiras de carne Repolho refogado Acelga e chuchu	Arroz 12 Feijão Frango em cubos refogado Creme de espinafre Pepino japonês e tomate	Arroz 13 Lentilha Carne de panela Quirera Cenoura ralada e couve-flor	Arroz <b>integral</b> 14 Feijão Peixe assado Purê de batata Vagem e pimentão	Arroz 15 Feijão Lasanha á bolonhesa Tabule
4ºSem	Arroz 18 Feijão Lingüiça de frango assada Quirera Tomate e rabanete	Arroz 19 Lentilha Frango á dorê Brócolis ao molho branco Chuchu e alface	Arroz 20 Feijão Fígado grelhado Macarronada (macarrão, carne moída, cenoura ralada e ervilha) Alface roxa e repolho	Arroz 21 Feijão Bife grelhado Cenoura sauté Couve-flor e couve	Arroz <b>integral</b> 22 Feijão Fricassê de frango Batata de palha Repolho com abacaxi
5ºSem	Arroz 25 Feijão Picadinho de carne Berinjela assada Pimentão colorido e alface	Arroz 26 Lentilha Filé de frango Creme de batata com cenoura Acelga e couve flor	Arroz 27 Feijão Bolinho de carne assado Sufilé de espinafre Tomate e pepino	Arroz <b>integral</b> 28 Feijão Coxa e sobrecoxa ao molho Farofa nutritiva com aveia Mix de folhosos (alface, acelga, repolho e couve)	

\*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; \*\*As saladas são variadas de acordo com a sazonalidade;\*\*\* As 9h30min é servido um iogurte ou biscoito \*\*\*\*Às 14h é servida uma Fruta ou Vitamina;\*\*\*\*Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado.



**CARDÁPIO FEVEREIRO/2019**



**CAFÉ DA MANHÃ/ DESJEJUM**

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>1º Sem</b>	Leite com café <b>4</b> Biscoito doce/salgado	Chá de camomila <b>5</b> Pão integral com geleia de fruta orgânica	Chá de erva doce <b>6</b> Pão com margarina	Leite com café <b>7</b> Biscoito doce/salgado	Chá de hortelã <b>8</b> Pão integral com geleia de fruta orgânica
<b>2ª Sem</b>	Leite com café <b>11</b> Biscoito doce/salgado	Chá de erva doce <b>12</b> Pão com geleia de fruta	Leite com café <b>13</b> Pão integral com geleia de fruta	Chá de camomila <b>14</b> Biscoito doce/salgado	Leite com café <b>15</b> Biscoito doce/salgado
<b>3ª Sem</b>	Leite com café <b>18</b> Biscoito doce/salgado	Chá de eucalipto <b>19</b> Omelete	Leite com café <b>20</b> Biscoito doce/salgado	Chá de capim limão <b>21</b> Biscoito doce/salgado	Chá de erva doce <b>22</b> Pão com margarina
<b>4ª Sem</b>	Leite com café <b>25</b> Omelete	Chá de camomila <b>26</b> Biscoito doce/salgado	Leite com café <b>27</b> Pão caseiro com geleia	Chá de hortelã <b>28</b> Biscoito doce/salgado	

**LANCHE DA TARDE**

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>1º Sem</b>	<b>4</b> PLANEJAMENTO INTERNO	<b>5</b> PLANEJAMENTO INTERNO	<b>6</b> PLANEJAMENTO INTERNO	<b>7</b> PLANEJAMENTO INTERNO	<b>8</b> PLANEJAMENTO INTERNO
<b>2ª Sem</b>	<b>11</b> PLANEJAMENTO INTERNO	<b>12</b> PLANEJAMENTO INTERNO	<b>13</b> PLANEJAMENTO INTERNO	<b>14</b> PLANEJAMENTO INTERNO	<b>15</b> PLANEJAMENTO INTERNO
<b>3ª Sem</b>	Risoto de frango <b>18</b> Com legumes	Vitamina de banana <b>19</b> Pão com geleia de fruta orgânica	Mingau de arroz <b>20</b> + fruta	Polentina com <b>21</b> Picadinho de carne	Smoothie de manga e banana <b>22</b> (RECEITA DO ENC. PEDAGÓGICO) Bolo de banana com aveia
<b>4ª Sem</b>	Parafuso com frango <b>25</b> E legumes	Bebida láctea <b>26</b> Pão integral com queijo	Banana com farinha láctea <b>27</b> E aveia	Suco natural <b>28</b> Mini sanduíche natural (Pão integral, patê de frango caseiro, cenoura, alface crespa, pepino japonês e tomate)	

\*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; \*\*As saladas são variadas de acordo com a sazonalidade;\*\*\* As 9h30min é servido um iogurte ou biscoito \*\*\*\*Às 14h é servida uma Fruta ou Vitamina;\*\*\*\*Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado.