

CARDÁPIO - Escola de Ed. Básica Mãe Admirável

mar/20



1ª Semana (02 à 06)	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Fofinhos Fruta Suco	Bolo Baunilha Fruta Suco	Pão forma Fruta Suco	Pão de queijo Fruta Suco	Pão caseiro c/ past verde Fruta Suco
ALMOÇO	Arroz/Feijão Carne bolognesa Polentinha Salteado de legumes	Arroz/Feijão Bifinhos grelhados Mix legumes Pastelzinho (forno)	Arroz / Feijão Franguinho com molho Repolho c/ temp verde Macarrão	Arroz/ Feijão Filezinho de peixe Purê batatas Repolho colorido	Arroz/Feijão Fricassê Duo de legumes Espaguetti
SALADAS	Alface/cenoura	Beterraba/salada primavera	Tomate/couve chinesa	Alface /beterraba coz.	Cenoura/salada mista
2ª Semana (09 à 13)	SEGUNDA -FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA- FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Cereais Fruta Iogurte	Bolo de laranja Fruta Suco	Pãozinho água Fruta Suco	Fofinho c/ past. de legumes Fruta Suco	Enroladinho de frango Fruta Suco
ALMOÇO	Arroz/Feijão Isclas de carne Batatinhas Duo de legumes	Arroz/Feijão Bifinho milanese (forno) Enroladinhos (forno) Couve com farofa	Arroz/Feijão Cubos de frango Massa alho e óleo Panache de legumes	Arroz/Feijão Almondegas (forno) Polentinha Mix folhas verdes	Arroz/Feijão Filezinho de peixe Purê de batatas Duo de legumes
SALADAS	Beterraba/alface	Abobrinha/acelga	Tomate/beterraba	Cenoura/alface	Mix folhas verdes/tomate



* Frutas (da estação) variadas diariamente

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado

ALIMENTAÇÃO INFANTIL

Nutricionistas:
Morgana C. de Mello
CRN-2 10489

CARDÁPIO - Escola de Ed. Básica Mãe Admirável

mar/20

3ª Semana (16 à 20)	SEGUNDA -FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA- FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Bolo baunilha Fruta Iogurte	Sanduche Fruta Suco	Hamburguinhos caseiros Fruta Suco	Fofinhos de coco Fruta Suco	Pão d'água Fruta Suco
ALMOÇO	Arroz/Feijão Filezinho na chapa Pastelzinho queijo (forno) Milho refogado	Arroz/Feijão Carne bolognesa Repolho colorido Macarrão	Arroz/Feijão Bifinho dorê (forno) Mix folhas verdes Polentina	Arroz/Feijão Cubos de frango mol 4 queijos Duo de legumes Penne	Arroz/Feijão Carreteiro Enroladinhos (forno) Repolho c/ temp. verde
SALADAS	Alface/cenoura	Beterraba/alface	Salada mista/alface	Seleto de legumes/alface	Beterraba coz./salada colorida
4ª Semana (23 à 27)	SEGUNDA -FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Cereais Fruta Iogurte	Cueca virada (forno) Fruta Suco	Pastel forno Fruta Leite achocolatado	Hamburguinhos caseiros Fruta Suco	Pãozinho integral de aveia Fruta Suco
ALMOÇO	Arroz/Feijão Fricassê Duo de legumes Macarrão	Arroz/Feijão Bifinho na chapa Quibebe Enroladinhos (forno)	Arroz/Feijão Bifinho dorê (forno) Legumes refogados Espaguetti alho e óleo	Arroz/Feijão Isclas de carne Mix Folhas verdes c/ farofa Batatinhas	Arroz/Feijão Frango assado Polentina Duo de legumes
SALADAS	Salada mista /cenoura	Alface/beterraba	Tomate/repolho	Cenoura/Salada colorida	Alface/Beterraba
5ª Semana (30 à 31)	SEGUNDA -FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Bolo Formigueiro Fruta Suco	Fofinhos Fruta Suco			
ALMOÇO	Arroz/Feijão Bifinho grelhado Macarrão especial Salteado de legumes	Arroz/Feijão Picadinho de carne Polentina Couve refogada			
SALADAS	Alface/tomate	Cenoura/alface			

* Frutas (da estação) variadas diariamente
* Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado

ALIMENTAÇÃO INFANTIL

Nutricionistas:
Morgana C. de Mello
CRN-2 10489