



SEGUNDA-FEIRA



TERÇA-FEIRA



QUARTA-FEIRA



QUINTA-FEIRA



SEXTA-FEIRA

<p>02/03</p> <p>Arroz Arroz integral Feijão Frango ao molho vermelho Purê de batata</p> <p>Salada: tomate e alface</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>03/03</p> <p>Arroz Arroz integral Feijão Isclas de carne acebolada Cenoura refogada</p> <p>Salada: beterraba e brócolis</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>04/03</p> <p>Arroz Arroz integral Feijão Lasanha de frango Brócolis na manteiga</p> <p>Salada: repolho ralado e cenoura ralada</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>05/03</p> <p>Arroz com cenoura Arroz integral Lentilha Isclas de frango grelhada Couve refogada</p> <p>Salada: tomate e alface</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>06/03</p> <p>Arroz Arroz com brócolis picadinho Feijão Isclas de carne ao molho de queijo Panquecas de legumes</p> <p>Salada: repolho e alface</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>
<p>09/03</p> <p>Arroz Arroz integral Feijão Almondegas de carne ao molho (colocar linhaça e aveia) Massa ao molho sugo</p> <p>Salada: alface e chuchu</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>10/03</p> <p>Arroz Arroz integral Lentilha Escalopes de carne Batata na manteiga com tempero verde</p> <p>Salada: repolho e beterraba</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>11/03</p> <p>Arroz Arroz com cenoura em cubos e ervilha Feijão Isclas de frango ao molho vermelho e milho verde Polenta cremosa</p> <p>Salada: couve-flor e alface</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>12/03</p> <p>Arroz Arroz integral Feijão Moída com legumes Nhoque ao sugo</p> <p>Salada: alface e tomate</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>13/03</p> <p>Arroz Arroz integral Feijão Frango acebolado Brócolis ao alho e óleo</p> <p>Salada: chuchu e tomate</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>



<p>16/03 Arroz Arroz de forno (cenoura, ervilha, milho, molho vermelho e queijo/ forno) Feijão Carne de panela com molho vermelho Massa com legumes</p> <p>Salada: repolho verde e tomate</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>17/03 Arroz Arroz integral Lentilha Panqueca verde recheada de carne moída Cenoura com molho branco gratinado</p> <p>Salada: mix de folhas e tomate</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>18/03 Arroz Arroz integral Feijão Lasanha de frango Brócolis na manteiga</p> <p>Salada: cenoura ralada e pepino japonês</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>19/03 Arroz Arroz integral Feijão Carne de panela Massa com legumes</p> <p>Salada: abobrinha italiana e alface</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>20/03 Arroz Arroz com milho e ervilha Feijão Hambúrguer nutritivo Cenoura refogada</p> <p>Salada: tomate e beterraba</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>
<p>23/03 Arroz Arroz Integral Feijão Isclas de carne acebolada Purê de batata</p> <p>Salada: tomate e pepino japonês</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>24/03 Arroz Arroz integral Lentilha Fricassê de frango Batata palha</p> <p>Salada: repolho roxo e alface</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>25/03 Arroz Arroz integral Feijão Carne de panela Massa na manteiga</p> <p>Salada: cenoura ralada e alface</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>26/03 Arroz branco Arroz com couve Feijão Frango refogado Couve-flor c/ brócolis refogados</p> <p>Salada: tomate e alface</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>27/03 Arroz Arroz integral Feijão Carne assada no forno Polenta cremosa com queijo</p> <p>Salada: chuchu e beterraba ralada</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>

* O cardápio poderá sofrer alterações, sempre respeitando as necessidades dos estudantes.

Nutricionista Responsável Priscila Vargas / CRN2 8535



30/03	31/03	01/04	02/04	03/04
<p>Arroz Arroz de forno (cenoura, ervilha, milho, molho vermelho e queijo/ forno) Feijão Isclas de frango grelhada Couve refogada</p> <p>Salada: alface e tomate</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>Arroz Arroz integral Lentilha Bife de gado Batata na manteiga</p> <p>Salada: mix de folhas e cenoura</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>Arroz Arroz integral Feijão Frango ao molho vermelho Massa na manteiga</p> <p>Salada: beterraba e alface</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>Arroz Arroz com couve Feijão Moída refogada Batata com cenoura refogadas</p> <p>Salada: tomate e repolho roxo</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>	<p>Arroz Arroz com brócolis picadinho Feijão Carne de panela Panquecas de legumes</p> <p>Salada: brócolis e alface</p> <p>Frutas picadas</p> <p>Suco</p>

* O cardápio poderá sofrer alterações, sempre respeitando as necessidades dos estudantes.

Nutricionista Responsável Priscila Vargas / CRN2 8535