

| ALMOÇO – Infantil       |                    |   |   |                               |  |  |
|-------------------------|--------------------|---|---|-------------------------------|--|--|
|                         |                    | 11/03<br>Segunda-Feira                                | 12/03<br>Terça-Feira                                  | 13/03<br>Quarta-Feira         | 14/03<br>Quinta-Feira                            | 15/03<br>Sexta-Feira                       |
| <b>PRATO BASE</b>       |                    | Feijão carioca  | Feijão carioca/feijão Branco                          | Feijão carioca nutritivo      | Feijão carioca                                   | Feijão carioca /Lentilha                   |
|                         |                    | Arroz Integral/ Arroz                                 | Arroz Integral/ Arroz                                 | Arroz Integral/ Arroz         | Arroz Integral/ Arroz colorido                   | Arroz Integral/ Arroz                      |
| <b>SUCO DE FRUTA</b>    |                    | Laranja/Abacaxi com hortelã                           | Laranja /melancia                                     | Laranja/maracujá              | Laranja /Abacaxi                                 | Laranja / suco verde                       |
| <b>PRATO PRINCIPAL</b>  | <b>OPÇÃO 1</b>     | Frango grelhado acebolado                             | Frango assado   | Lagarto Assado                | Cação no fubá                                    | Frango Regado molho ao sugo                |
|                         | <b>OPÇÃO 2</b>     | Macarrão bolonhesa                                    | Bife grelhado (Alcatra) ao molho do chef              | Omelete com frios             | Came (Coxão Mole) com Brócolis, Batata e cenoura | Almondega assada                           |
| <b>GUARNIÇÃO</b>        |                    | Espinafre com tomate cereja                           | Purê de batata  | Farofa de legumes             | Escarola com tomate refogada                     | Polenta cremosa                            |
| <b>SALADAS</b>          | <b>OPÇÃO 1</b>     | Alface crespa   | Repolho bicolor                                       | Agrião                        | Alface Americana                                 | Folhas Mistas                              |
|                         | <b>OPÇÃO 2</b>     | Pepino japonês  | Cenoura palito Cozida                                 | Vagem com mandioquinha        | Batata bolinha com vinagrete                     | Chuchu com hortelã                         |
|                         | <b>OPÇÃO 3</b>     | Feijão branco ao vinagrete                            | Tomate em rodela                                      | Tabule                        | Tomate com ervilha                               | Berinjela Italiana                         |
| <b>TEMPERO SALADA</b>   |                    | Azeite/Vinagre/ Quinoa                                | Azeite/Vinagre Mix de sementes                        | Azeite/Vinagre/ Chia          | Azeite/Vinagre Mix de sementes                   | Azeite/Vinagre Gergelim preto              |
| <b>SOBREMESA</b>        |                    | Mamão fatiado   | Sagu de Uva /Fruta da Época                           | Banana                        | Gelatina de fruta/Fruta da Época                 | Laranja Lima                               |
| LANCHE MANHÃ – Infantil |                    |   |   |                               |  |  |
|                         |                    | 11/03<br>Segunda-Feira                                | 12/03<br>Terça-Feira                                  | 13/03<br>Quarta-Feira         | 14/03<br>Quinta-Feira                            | 15/03<br>Sexta-Feira                       |
| <b>LANCHE</b>           | <b>PÃO</b>         | Mini Pão Baguete com queijo branco / Pão de beterraba | Bolo formigueiro Mini francês e mini francês integral | Pão roseta / Cereal de milho  | Misto frio (peito de peru e queijo) /Sequilhos   | Mini pão de queijo / Pão preto             |
|                         | <b>COMPLEMENTO</b> | Manteiga / mel / cream cheese/ requeijão              | Cream cheese/ Requeijão / geleia e manteiga           | Requeijão / geleia e manteiga | Manteiga / mel / cream cheese                    | Requeijão/cream cheese / geleia e manteiga |
| <b>BEBIDA</b>           |                    | Leite com cacau                                       | Leite com cacau                                       | Leite puro / iogurte natural  | Leite com cacau                                  | Chá de maçã / leite com cacau frio         |
| <b>FRUTA</b>            |                    | Melão   | Melancia  | Uva                           | Pêssego  | Salada de frutas                           |
| <b>SUCO DE FRUTA</b>    |                    | Melancia  | Laranja   | Goiaba                        | Maracujá   | Abacaxi                                    |

Nutricionista: Priscila Pilon CRN: 26001 / Priscila Groba CRN: 19834



**LANCHE TARDE – Infantil**

|                  |                | <b>11/03</b><br><b>Segunda-Feira</b>      | <b>12/03</b><br><b>Terça-Feira</b>                 | <b>13/03</b><br><b>Quarta-Feira</b>     | <b>14/03</b><br><b>Quinta-Feira</b>          | <b>15/03</b><br><b>Sexta-Feira</b>                      |
|------------------|----------------|---|--|---|--|---|
| <b>087LANCHE</b> | <b>OPÇÃO 1</b> | Mini pão de queijo/<br>pão roseta<br>doce | Torrada com<br>requeijão/ Mini<br>brioche integral | Lanche<br>Egg/Biscoito<br>Maisena       | Muffin Caseiro/Duo<br>de mini Pão<br>Francês | Torta de frios<br>/Biscoito nesfit                      |
|                  | <b>OPÇÃO 2</b> | Manteiga /geleia<br>/mel / requeijão      | Manteiga /geleia<br>/mel / requeijão               | Manteiga /geleia                        | Manteiga /geleia<br>/mel / requeijão         | Manteiga /geleia<br>/mel /<br>requeijão/cream<br>cheese |
| <b>FRUTA</b>     |                | Abacaxi                                   | Laranja  | Pera                                    | Ameixa                                       | Manga   |
| <b>BEBIDAS</b>   |                | Suco<br>Nutritivo/Leite<br>com cacau      | Leite com cacau<br>(frio)/Chá de Erva<br>Doce      | Suco de Abacaxi /<br>Leite com<br>cacau | Iogurte de<br>Morango /Suco de<br>Laranja    | Abacaxi com<br>hortelã/Chá de<br>Camomila               |

**\*DEVIDO A NOSSA PREOCUPAÇÃO COM A QUALIDADE DOS PRODUTOS OFERECIDOS, O CÁRDAPIO ESTA SUJEITO A ALTERAÇÕES, PRINCIPALMENTE COM RELAÇÃO A FRUTAS, LEGUMES E VERDURAS. \***

Nutricionista: Priscila Pilon CRN: 26001 / Priscila Groba CRN: 19834