



## Cardápio Semanal 02 a 06 de Março



Refeição	Turma	Cardápio	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da Manhã	BI*,BII, MMAB, MI, MIIAB, Jardim	C3	Maçã	Pêssego	Melancia	Banana	Uva
Almoço	BI*,BII	C2**	Arroz + Feijão + Frango + Moranga	Arroz + Feijão + Carne de Panela + Purê de Batata + Abobrinha	Feijão + Polenta com molho de Frango + Couve	Arroz + Feijão + Bife de Gado + Omelete de Espinafre	Arroz + Feijão + Frango + Chuchu
	BI*,BII, MMAB, MI, MIIAB, Jardim	C3	Arroz + Feijão + Frango + Moranga + Salada de Alface	Arroz + Feijão + Carne de Panela + Purê de Batata + Abobrinha	Feijão + Polenta com molho de Frango + Couve	Arroz + Feijão + Bife de Gado + Omelete de Espinafre	Arroz + Feijão + Frango + Chuchu
Lanche da Tarde	BI*,BII,MMAB	C1	Suco de Laranja + Kiwi	Suco de Melão + Abacate	Suco de Laranja com cenoura + Pêra	Suco de Mamão + Maçã	Suco de Melancia + Melão
	BI*,BII, MI, MIIAB, Jardim	C3	Suco de Laranja + Biscoito Integral	Suco de Limão + Bolo de Aveia	Suco de Laranja com cenoura + Pão caseiro	Suco de Maracujá + Cuca de Goiabada	logurte com Granola
Jantar	BI*,BII	C2**	Arroz + Feijão + Carne + Brócolis	Arroz + Feijão + Frango + Beterraba	Arroz + Feijão + Peixe + Seleta de Legumes	Feijão + Escondidinho de Carne + Cenoura	Feijão + Macarrão bolonhesa + Brócolis
	BI*,BII, MMAB, MI, MIIAB, Jardim	C3	Arroz + Feijão + Carne + Brócolis + Salada de Tomate	Arroz + Feijão + Panqueca de Frango + Beterraba	Arroz + Feijão + Peixe + Seleta de Legumes	Feijão + Escondidinho de Carne + Cenoura + Salada de Tomate	Macarrão bolonhesa + Brócolis

Informações nutricionais: Carboidratos 60%, proteínas 11% e lipídios 29% das calorias totais. \*\*Cardápio adaptado, em transição C2->C3

A quantidade de fibras é de aproximadamente 10g, ferro 11g e cálcio 449mg. O cardápio poderá sofrer alterações



**Nutricionista Raquel Eccel Freiberg CRN2 8458**