

MARÇO/ABRIL
INFANTIL III, IV, V E FUNDAMENTAL
PERÍODO: 10/03 A 11/04

Dia	Lanche manhã	Almoço	Lanche Tarde	Jantar
Segunda-feira	Frutas Pão francês com creme de ricota Suco: goiaba	Molho bolonhesa Abóbora refogada Arroz Feijão Salada alface, pepino e tomate	Frutas Salgado assado (Queijo, frango e carne Suco: goiaba	Isquinhas de frango grelhadas Batata sauté Arroz Feijão Salada verde com cenoura ralada
Terça-feira	Frutas Pão de queijo Suco: maracujá	Isquinhas de pernil grelhadas Mandioca corada Arroz Feijão preto Salada verde, abacaxi e milho verde	Frutas Bolo mesclado de cenoura e cacau Suco: maracujá	Picadinho de carne ao molho Farofa colorida Arroz Feijão Salada verde e beterraba cozida
Quarta-feira	Frutas Biscoito de polvilho Suco: uva	Frango assado Penne ao sugo Arroz Feijão Salada verde com cenoura ralada	Frutas Cuscuz temperado com carne desfiada Suco: uva	Estrogonofe de frango Batata palha Arroz Feijão Salada alface, pepino e tomate
Quinta-feira	Frutas Bolo de maracujá Suco: abacaxi com morango	Isquinhas de bife grelhadas Purê de batata Feijão Salada verde Vinagrete	Frutas Palitinhos de queijo Suco: abacaxi com morango	Carne louca suína acebolada Arroz Feijão Salada verde Abacaxi
Sexta-feira	Frutas Pão caseiro de frango Suco: acerola com laranja	Ovos mexidos Farofa de banana Arroz Feijão Salada verde e beterraba cozida	Frutas Cookie de aveia e gotas de chocolate Suco: acerola com laranja	Lasanha de carne Arroz Vinagrete Salada de brócolis

Observações:

(1) **Cardápio sujeito a alterações.**

(2) **Frutas da semana:** banana, maçã, melão, mamão, melancia, manga, uva, laranja e outras frutas da estação.

(3) **Todas as preparações possuem uma versão sem leite de vaca.**

Cleneide Oliveira Melo
Nutricionista- CRN 1 2504

MARÇO/ABRIL
ARARA AZUL – INFANTIL II
PERÍODO: 10/03 A 11/04

Dia	Lanche manhã	Almoço	Lanche Tarde	Jantar
Segunda-feira	Frutas Pão francês com creme de ricota Suco: goiaba	Molho bolonhesa Abóbora, mandioca e vagem Arroz Feijão	Frutas Salgado assado (Queijo, frango e carne Suco: goiaba	Isquinhas de frango grelhadas Batata doce, baroa e couve Arroz Feijão
Terça-feira	Frutas Pão de queijo Suco: maracujá	Isquinhas de pernil grelhadas Batata, cenoura e abobrinha Arroz Feijão preto	Frutas Bolo mesclado de cenoura e cacau Suco: maracujá	Picadinho de carne ao molho Inhame, chuchu e tomate Arroz Feijão
Quarta-feira	Frutas Biscoito de polvilho Suco: uva	Frango assado Batata doce, baroa e couve Arroz Feijão	Frutas Cuscuz temperado com carne desfiada Suco: uva	Frango cozido Abóbora, mandioca e vagem Arroz Feijão
Quinta-feira	Frutas Bolo de maracujá Suco: abacaxi com morango	Isquinhas de bife grelhadas Inhame, chuchu e tomate Arroz Feijão	Frutas Palitinhos de queijo Suco: abacaxi com morango	Carne louca suína acebolada Batata, cenoura e abobrinha Arroz Feijão
Sexta-feira	Frutas Pão caseiro de frango Suco: acerola com laranja	Ovos mexidos Abóbora, mandioca e vagem Arroz Feijão	Frutas Cookie de aveia e gotas de chocolate Suco: acerola com laranja	Carne grelhada Batata doce, baroa e chuchu Arroz Feijão

Observações:

(1) Cardápio sujeito a alterações;

(2) Frutas da semana: banana, maçã, melão, mamão, melancia, manga, uva e outras frutas da estação.

(3) Todas as preparações possuem uma versão sem leite de vaca.

(4) Preparações do lanche sem açúcar.

Cleneide Oliveira Melo
Nutricionista- CRN 1 2504

MARÇO/ABRIL
ARARA AZUL – BERÇÁRIO II e INFANTIL I
PERÍODO: 10/03 A 11/04

Dia	Lanche manhã	Almoço	Lanche Tarde	Jantar
Segunda-feira	Frutas Pão francês com patê de frango Suco: goiaba	Molho bolonhesa Abóbora, mandioca e vagem Arroz Feijão	Frutas Salgado assado (frango ou carne) Suco: goiaba	Isquinhas de frango grelhadas Batata doce, baroa e couve Arroz Feijão
Terça-feira	Frutas Tapioca com ovo Suco: maracujá	Isquinhas de pernil grelhadas Batata, cenoura e abobrinha Arroz Feijão preto	Frutas Bolo mesclado de cenoura e cacau Suco: maracujá	Picadinho de carne ao molho Inhame, chuchu e tomate Arroz Feijão
Quarta-feira	Frutas Biscoito de polvilho Suco: uva	Frango assado Batata doce, baroa e couve Arroz Feijão	Frutas Cuscuz temperado com carne desfiada Suco: uva	Frango cozido Abóbora, mandioca e vagem Arroz Feijão
Quinta-feira	Frutas Bolo de maracujá Suco: abacaxi com morango	Isquinhas de bife grelhadas Inhame, chuchu e tomate Arroz Feijão	Frutas Tapioca com coco Suco: abacaxi com morango	Carne louca suína acebolada Batata, cenoura e abobrinha Arroz Feijão
Sexta-feira	Frutas Pão caseiro de frango Suco: acerola com laranja	Ovos mexidos Abóbora, mandioca e vagem Arroz Feijão	Frutas Cookie de aveia e gotas de chocolate Suco: acerola com laranja	Carne grelhada Batata doce, baroa e chuchu Arroz Feijão

Observações:

- (1) Cardápio sujeito a alterações;
- (2) **Frutas da semana:** banana, maçã, melão, mamão, melancia, manga, uva, e outras frutas da estação.
- (3) **Todas as preparações que levam farinha de trigo são feitas com 30% de farinha integral.**
- (4) preparações sem açúcar, leite de vaca e corantes artificiais.

Cleneide Oliveira Melo
Nutricionista- CRN 1 2504

MARÇO/ABRIL
ARARA AZUL – BERÇÁRIO I e II
PERÍODO: 10/03 A 11/04

Dia	Lanche manhã	Almoço	Lanche Tarde	Jantar
Segunda-feira	Frutas	Papinha I Abóbora, mandioca e vagem Amassadinho Molho bolonhesa Abóbora, mandioca e vagem Arroz Feijão	Frutas	Papinha I Batata doce, baroa e couve Amassadinho Isquinhas de frango grelhadas Batata doce, baroa e couve Arroz Feijão
Terça-feira	Frutas	Papinha I Batata, cenoura e abobrinha Amassadinho Isquinhas de pernil grelhadas Batata, cenoura e abobrinha Arroz Feijão preto	Frutas	Papinha I Inhame, chuchu e tomate Amassadinho Picadinho de carne ao molho Inhame, chuchu e tomate Arroz Feijão
Quarta-feira	Frutas	Papinha I Batata doce, baroa e couve Amassadinho Frango assado Batata doce, baroa e couve Arroz Feijão	Frutas	Papinha I Abóbora, mandioca e vagem Amassadinho Frango cozido Abóbora, mandioca e vagem Arroz Feijão
Quinta-feira	Frutas	Papinha I Inhame, chuchu e tomate Amassadinho Isquinhas de bife grelhadas Inhame, chuchu e tomate Arroz Feijão	Frutas	Papinha I Batata, cenoura e abobrinha Amassadinho Carne louca suína acebolada Batata, cenoura e abobrinha Arroz Feijão
Sexta-feira	Frutas	Papinha I Abóbora, mandioca e vagem Amassadinho Ovos mexidos Abóbora, mandioca e vagem Arroz Feijão	Frutas	Papinha I Batata doce, baroa e chuchu Amassadinho Carne grelhada Batata doce, baroa e chuchu Arroz Feijão

Observações:

- (1) Cardápio sujeito a alterações;
- (2) Papinha I para os bebês de 4 meses a 6 meses;
- (3) Nas papinhas e amassadinhos é adicionado azeite de oliva;
- (4) Frutas da semana: banana, melão, melancia, manga, maçã, mamão, laranja e outras frutas da estação.
- (5) Cardápio sem leite de vaca, glúten, corantes artificiais e açúcar.

Cleneide Oliveira Melo
Nutricionista- CRN 1 2504