

FEVEREIRO/MARÇO
INFANTIL III, IV, V E FUNDAMENTAL
PERÍODO: 09/02 a 06/03

Dia	Lanche manhã	Almoço	Lanche Tarde	Jantar
Segunda-feira	Frutas Pão de queijo Suco: abacaxi	Carne refogada Abóbora Arroz Feijão Salada de alface e cubinhos de beterraba cozida	Frutas Enroladinho de frango Suco: abacaxi	Cubinhos de pernil grelhado Farofa de cebola Arroz Feijão Salada verde com pepino Vinagrete
Terça-feira	Frutas Bolo de laranja com aveia Suco: uva ou acerola	Isquinhas de bife ao molho barbecue Batata baroa palito cozida Arroz Feijão Salada verde e abacaxi	Frutas Pão francês com ovos amanteigados Suco: uva ou acerola	Estrogonofe de carne Batata Arroz Feijão Salada verde com abacaxi
Quarta-feira	Frutas Mini brioche com creme de ricota Suco: goiaba	Frango assado Purê de vegetais Arroz Feijão Saldada de alface com milho verde	Frutas Biscoito de polvilho ou pão de queijo Suco: goiaba ou leite com cacau	Frango grelhado Batata doce assada Arroz Feijão Salada de brócolis
Quinta-feira	Frutas Mini pizza italianinha Suco: maracujá	Carne cozida Farofa de couve Arroz Feijão Salada verde com manga	Frutas Bolo mármore clássico Suco: maracujá	Carne grelhada Molho de tomate com beterraba e cenoura Macarrão alho e óleo Arroz Feijão
Sexta-feira	Frutas Biscoito de queijo Suco: manga	Estrogonofe de frango Batata Arroz Feijão Salada verde com tomate	Frutas Cookie integral Suco: manga	Frango grelhado Creme de milho Arroz Feijão 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

FEVEREIRO/MARÇO
ARARA AZUL – INFANTIL II
PERÍODO: 09/02 a 06/03

Dia	Lanche manhã	Almoço	Lanche Tarde	Jantar
Segunda-feira	Frutas Pão de queijo Suco: abacaxi	Carne refogada Abóbora, couve-flor e salsinha Arroz Feijão	Frutas Enroladinho de frango Suco: abacaxi	Cubinhos de pernil grelhado Batata, cenoura e chuchu Arroz Feijão
Terça-feira	Frutas Bolo de laranja com aveia Suco: uva ou acerola	Isquinhas de bife ao molho Batata baroa, vagem e mandioca Arroz Feijão	Frutas Pão francês com ovos amanteigados Suco: uva ou acerola	Carne grelhada Batata doce, abobrinha e tomate Arroz Feijão
Quarta-feira	Frutas Mini brioche com creme de ricota Suco: goiaba	Frango assado Batata, cenoura e chuchu Arroz Feijão	Frutas Biscoito de polvilho ou pão de queijo Suco: goiaba	Frango grelhado Abóbora, couve-flor e salsinha Arroz Feijão
Quinta-feira	Frutas Mini pizza italianinha Suco: maracujá	Carne cozida Batata doce, abobrinha e tomate Arroz Feijão	Frutas Bolo mármore clássico Suco: maracujá	Carne grelhada Batata baroa, vagem e inhame Arroz Feijão
Sexta-feira	Frutas Biscoito de queijo Suco: uva	Frango ao molho Abóbora, brócolis e salsinha Arroz Feijão	Frutas Cookie integral Suco: uva	Frango grelhado Batata, cenoura e chuchu Arroz Feijão

Observações:

- (1) Cardápio sujeito a alterações;
- (2) **Frutas da semana:** banana, maçã, melão, mamão, melancia, manga e outras frutas da estação.
- (3) **Todas as preparações possuem uma versão sem leite de vaca.**
- (4) **As Preparações do lanche são sem açúcar.**

Cleneide Oliveira Melo
Nutricionista- CRN 1 2504

FEVEREIRO/MARÇO
ARARA AZUL – BERÇÁRIO II e INFANTIL I
PERÍODO: 09/02 a 06/03

Dia	Lanche manhã	Almoço	Lanche Tarde	Jantar
Segunda-feira	Frutas Tapioca com azeite Suco: abacaxi	Carne refogada Abóbora, couve-flor e salsinha Arroz Feijão	Frutas Enroladinho de frango Suco: abacaxi	Cubinhos de pernil grelhado Batata, cenoura e chuchu Arroz Feijão
Terça-feira	Frutas Bolo de laranja com aveia Suco: uva ou acerola	Isquinhas de bife ao molho Batata baroa, vagem e mandioca Arroz Feijão	Frutas Pão francês com ovos Suco: uva ou acerola	Carne grelhada Batata doce, abobrinha e tomate Arroz Feijão
Quarta-feira	Frutas Mini brioche com patê de frango Suco: goiaba	Frango assado Batata, cenoura e chuchu Arroz Feijão	Frutas Biscoito de polvilho Suco: goiaba	Frango grelhado Abóbora, couve-flor e salsinha Arroz Feijão
Quinta-feira	Frutas Mini pizza italianinha Suco: maracujá	Carne cozida Batata doce, abobrinha e tomate Arroz Feijão	Frutas Bolo mármore clássico Suco: maracujá	Carne grelhada Batata baroa, vagem e inhame Arroz Feijão
Sexta-feira	Frutas Cuscuz com carne Suco: manga	Frango ao molho Abóbora, brócolis e salsinha Arroz Feijão	Frutas Cookie integral Suco: manga	Frango grelhado Batata, cenoura e chuchu Arroz Feijão

Observações:

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

FEVEREIRO/MARÇO
ARARA AZUL – BERÇÁRIO I e II
PERÍODO: 09/02 a 06/03

Dia	Lanche manhã	Almoço	Lanche Tarde	Jantar
Segunda-feira	Frutas	Papinha I Abóbora, couve-flor e salsinha Amassadinho Carne refogada Abóbora, couve-flor e salsinha Arroz Feijão	Frutas	Papinha I Batata, cenoura e chuchu Amassadinho Cubinhos de pernil grelhado Batata, cenoura e chuchu Arroz Feijão
Terça-feira	Frutas	Papinha I Batata baroa, vagem e mandioca Amassadinho Isquinhas de bife ao molho Batata baroa, vagem e mandioca Arroz Feijão	Frutas	Papinha I Batata doce, abobrinha e tomate Amassadinho Carne grelhada Batata doce, abobrinha e tomate Arroz Feijão
Quarta-feira	Frutas	Papinha I Batata, cenoura e chuchu Amassadinho Frango assado Batata, cenoura e chuchu Arroz Feijão	Frutas	Papinha I Abóbora, couve-flor e salsinha Amassadinho Frango grelhado Abóbora, couve-flor e salsinha Arroz Feijão
Quinta-feira	Frutas	Papinha I Batata doce, abobrinha e tomate Amassadinho Carne cozida Batata doce, abobrinha e tomate Arroz Feijão	Frutas	Papinha I Batata baroa, vagem e inhame Amassadinho Carne grelhada Batata baroa, vagem e inhame Arroz Feijão
Sexta-feira	Frutas	Papinha I Abóbora, brócolis e salsinha Amassadinho Frango ao molho Abóbora, brócolis e salsinha Arroz Feijão	Frutas	Papinha I Batata, cenoura e chuchu Amassadinho Frango grelhado Batata, cenoura 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.