

FEVEREIRO  
Mini e Maternal I  
Jantar sem ovo

# Cardápio

VANESSA FREITAS  
CRN 3263

Espaço  
EDUCAR

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

3

4

5

6

7

Lanche: Uva sem caroço/  
manga  
Jantar: sopa de feijão com  
carne e macarrão + pão  
com manteiga

Lanche: torrada de pão integral.  
Suco: laranja  
Jantar: macarronada com molho  
de tomate e carne moída.  
Suco: uva

Lanche: Frutas  
Jantar: farofa de cenoura,  
arroz com brócolis e peixe  
escabeche.  
Suco: cajá

10

11

12

13

14

Lanche: banana/ goiaba  
Jantar: sopa de batata,  
frango e milho + torradas

Lanche: bolo de laranja.  
Suco: cajá  
Jantar: salada colorida  
(beterraba, cenoura relada), arroz  
e carne com molho.  
Suco: uva

Lanche: Pêra/ manga  
Jantar: macarrão com  
molho ao sugo e frango  
cozido.  
Suco: manga

Lanche: pão com queijo cremoso.  
Suco: maracujá  
Jantar: peixe cozido, batata doce  
no vapor, refogado de couve,  
cenoura e repolho.  
Suco: laranja

Lanche: Frutas  
Jantar: cuscuz com leite.  
Suco: acerola

17

18

19

20

21

Lanche: laranja/ melancia  
Jantar: Creme de abóbora  
+ pão com manteiga

Lanche: bolo de banana e aveia.  
Suco: maracujá  
Jantar: legumes cozidos, frango  
cozido e arroz refogado.  
Suco: laranja

Lanche: tangerina/ uva picada  
Jantar: macarrão parafuso  
(integral) com molho de tomate e  
manjeriçã, carne moída.  
Suco: graviola

Lanche: pão de queijo feito na  
escola.  
Suco: uva  
Jantar: purê de cenoura, peixe no  
forno e arroz com couve folha.  
Suco: laranja

Lanche: Frutas  
Jantar: macaxeira  
cozidinha e carne moída.  
Suco: acerola

24

25

26

27

28

Carnaval

Carnaval

CINZAS

Lanche: biscoito de aveia feito na  
escola.  
Suco: uva  
Jantar: arroz com brócolis no vapor,  
purê de abóbora e peixe no forno.  
Suco: laranja

Lanche: Frutas  
Jantar: canja de legumes +  
torradas.

