

FEVEREIRO
Mini e Maternal I
Almoço -VETERANOS

Cardápio

VANESSA FREITAS
CRN 3263

Espaço
EDUCAR

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

3

4

5

6

7

Lanche: Uva sem caroço/manga
Almoço: salada colorida, feijão, arroz e peixe cozido.
Suco: acerola

Lanche: torrada de pão integral.
Suco: laranja
Almoço: purê de abóbora, arroz com brócolis e frango cozido.
Suco: graviola

Lanche: Frutas
Almoço: salada mista (beterraba, cenoura, vargem), feijão, arroz refogado com cenoura e carne moída.
Suco: laranja

10

11

12

13

14

Lanche: banana/ goiaba
Almoço: arroz com couve folha, feijão e filé de frango na chapa.
Suco: caju

Lanche: bolo de laranja.
Suco: cajá
Almoço: farofa, feijão, arroz e carne com molho.
Suco: manga

Lanche: Pêra/ manga
Almoço: legumes, pirão, arroz e peixe escabeche.
Suco: acerola

Lanche: mini pão de cenoura com queijo cremoso.
Suco: maracujá
Almoço: Purê de batata, arroz e frango cozido.
Suco: goiaba.

Lanche: Frutas
Almoço: cozido com legumes, arroz e pirão.
Suco: laranja

17

18

19

20

21

Lanche: laranja/ melancia
Almoço: purê de raízes, arroz e frango cozido.
Suco: goiaba.

Lanche: bolo de banana e aveia.
Suco: maracujá
Almoço: feijão, arroz e carne cozida.
Suco: manga.

Lanche: tangerina/ uva picada
Almoço: salada de repolho, couve e cenoura refogados, filé de peixe no forno e arroz.
Suco: acerola.

Lanche: pão de queijo feito na escola.
Suco: uva
Almoço: macarrão integral com molho de tomate e carne moída.
Suco: graviola.

Lanche: Frutas
Almoço: feijão com legumes, frango cozido, arroz refogado.
suco: laranja

24

25

26

27

28

Carnaval

Carnaval

FERIADO

Lanche: biscoito de aveia feito na escola.
Suco: uva
Almoço: macarronada com molho ao sugo e carne moída.
Suco: graviola

Lanche: Frutas
Almoço: legumes, arroz, feijão e picadinho de frango.
Suco: laranja

