

FEVEREIRO
Mini e Maternal I
Almoço sem leite, glúten e ovo

Cardápio

VANESSA FREITAS
CRN 3263

Espaço
EDUCAR

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
3	4	5 Lanche: Uva sem caroço/manga Almoço: salada colorida, feijão, arroz e peixe cozido. Suco: acerola	6 Lanche: torrada de pão sem glúten. Suco: laranja Almoço: purê de abóbora, arroz com brócolis e frango cozido. Suco: graviola	7 Lanche: Frutas Almoço: salada mista (beterraba, cenoura, vagem), feijão, arroz refogado com cenoura e carne moída. Suco: laranja
10 Lanche: banana/ goiaba Almoço: arroz com couve folha, feijão e filé de frango na chapa. Suco: caju	11 Lanche: bolo de laranja. Suco: cajá Almoço: farofa, feijão, arroz e carne com molho. Suco: manga	12 Lanche: Pêra/ manga Almoço: legumes, pirão, arroz e peixe escabeche. Suco: acerola	13 Lanche: mini pão sem glúten com carne moída. Suco: maracujá Almoço: Purê de batata, arroz e frango cozido. Suco: goiaba.	14 Lanche: Frutas Almoço: cozido com legumes, arroz e pirão. Suco: laranja
17 Lanche: laranja/ melancia Almoço: purê de raízes, arroz e frango cozido. Suco: goiaba.	18 Lanche: Bolo sem glúten. Suco: maracujá Almoço: feijão, arroz e carne cozida. Suco: manga.	19 Lanche: tangerina/ uva picada Almoço: salada de repolho, couve e cenoura refogados, filé de peixe no forno e arroz. Suco: acerola.	20 Lanche: torradas sem glúten. Suco de fruta. Almoço: macarrão integral com molho de tomate e carne moída. Suco: graviola.	21 Lanche: Frutas Almoço: feijão com legumes, frango cozido e arroz refogado. Suco: laranja
CARNAVAL 24	CARNAVAL 25	CINZAS 26	27 Lanche: biscoito feito na escola. Suco: uva Almoço: macarronada com molho ao sugo, e carne moída. Suco: graviola	28 Lanche: Frutas Almoço: legumes, arroz, feijão e picadinho de frango. Suco: laranja

