

FEVEREIRO
Mini e Maternal I
Jantar sem leite e glúten

Cardápio

VANESSA FREITAS
CRN 3263

Espaço
EDUCAR

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
3	4	5 Lanche: Uva sem caroço/manga Jantar: sopa de feijão com carne + pão sem glúten	6 Lanche: torrada de pão sem glúten. Suco: laranja Jantar: macarronada (sem glúten) com molho de tomate e carne moída. Suco: uva	7 Lanche: Frutas Jantar: farofa de cenoura, arroz com brócolis e peixe escabeche. Suco: cajá
10 Lanche: banana/ goiaba Jantar: sopa de batata, frango e milho + torradas sem glúten.	11 Lanche: bolo de laranja (sem glúten). Suco: cajá Jantar: salada colorida (beterraba, cenoura relada), arroz e carne com molho. Suco: uva	12 Lanche: pêra/ manga Jantar: macarrão com molho ao sugo e frango cozido. Suco: manga	13 Lanche: pão sem glúten. Suco: maracujá Jantar: peixe cozido, batata doce no vapor e refogado de couve, cenoura e repolho. Suco: laranja	14 Lanche: Frutas Jantar: cuscuz com ovo mexido. Suco: acerola
17 Lanche: laranja/ melancia Jantar: Creme de abóbora + pão sem glúten	18 Lanche: bolo sem glúten. Suco: maracujá Jantar: legumes cozidos, frango cozido e arroz refogado. Suco: laranja	19 Lanche: tangerina/ uva picada Jantar: macarrão parafuso (sem glúten) com molho de tomate e manjericão e carne moída. Suco: graviola.	20 Lanche: pão sem glúten com carne moída. Suco: uva Jantar: purê de cenoura, peixe no forno e arroz com couve folha. Suco: laranja	21 Lanche: Frutas. Jantar: macaxeira cozidinha e ovo mexido. Suco: acerola
24 CARNAVAL	25 CARNAVAL	26 CINZAS	27 Lanche: biscoito feito na escola. Suco: uva Jantar: arroz com brócolis no vapor, purê de abóbora e peixe no forno. Suco de laranja	28 Lanche: Frutas Jantar: canja de legumes + torradas sem glúten.

