



CARDÁPIO MARÇO - MINI



CARDÁPIO MARÇO - MINI							
SEMANA 1 03/03 a 07/03	Lanche da Manhã	Almoço/Jantar					Lanche da Tarde
		Prato Base	Prato Principal	Guarnição	Salada	Sobremesa	
Segunda-feira	FERIADO						
Terça-feira	FERIADO						
Quarta-feira	FERIADO						
Quinta-feira	Torrada com Azeite e Orégano e Creme de Ricota Fruta <i>Contém: glúten e lactose</i>	Arroz Branco e Feijão Carioca	Carne Moida com Cenoura e Tomate	Purê de Batata <i>Contém: lactose</i>	Salada	Fruta	Bolo de Banana Integral s/Açúcar Fruta <i>Contém: glúten, lactose e ovo</i>
Sexta-feira	Bisnaguinha Integral com Requeijão Fruta <i>Contém: glúten e lactose</i>	Macarrão Integral com Molho de Tomates <i>Contém: glúten e ovo</i>	Isclas de Frango	Couve-Flor ao Alho e Óleo	Salada	Fruta	Pudim de Chia s/Açúcar com Manga <i>Contém: lactose</i> e Biscoito de Polvilho <i>Contém: ovo</i>

O cardápio poderá sofrer pequenas alterações sem aviso prévio, sempre dentro de uma mesma categoria, sem prejuízo do valor nutricional.

Nutricionista: Giovanna Rizzo - CRN:60748



CARDÁPIO MARÇO - MINI



CARDÁPIO MARÇO - MINI							
SEMANA 2 10/03 a 14/03	Lanche da Manhã	Almoço/Jantar					Lanche da Tarde
		Prato Base	Prato Principal	Guarnição	Salada	Sobremesa	
Segunda-feira	Pão Integral com Requeijão Fruta <i>Contém: glúten e lactose</i>	Arroz Branco e Lentilha	Lombo Suíno Assado com Ervas	Farofa de Abobrinha com Cenoura <i>Contém: glúten e lactose</i>	Salada	Fruta	Bolo Integral de Cenoura s/Açúcar Fruta <i>Contém: glúten e ovo</i>
Terça-feira	Panqueca de Banana Fruta <i>Contém: glúten, lactose e ovo</i>	Arroz Branco e Feijão Carioca	Peixe assado com Tomate e Brócolis	Batata Bolinha com Azeite e Ervas	Salada	Fruta	Tostex de Queijo Branco Fruta <i>Contém: glúten e lactose</i>
Quarta-feira	Bisnaguinha Integral com Creme de Ricota com Cenoura Fruta <i>Contém: glúten e lactose</i>	Arroz Branco e Feijão Preto	Omelete	Mix de Legumes	Salada	Fruta	Iogurte com Banana e Aveia <i>Contém: glúten e lactose</i>
Quinta-feira	Cookie de Uva Passa e Aveia s/Açúcar Fruta <i>Contém: glúten e lactose</i>	Macarrão Integral com Molho de Tomates <i>Contém: glúten e ovo</i>	Carne assada com Cebola	Chuchu refogado	Salada	Fruta	Wrap de Frango Fruta <i>Contém: glúten e lactose</i>
Sexta-feira	Bolo Integral de Maçã s/Açúcar Fruta <i>Contém: glúten, lactose e ovo</i>	Arroz Integral e Feijão Carioca	Sobrecoca ao Forno	Creme de Milho <i>Contém: glúten e lactose</i>	Salada	Fruta	Pãozinho de Tapioca Fruta <i>Contém: lactose e ovo</i>

O cardápio poderá sofrer pequenas alterações sem aviso prévio, sempre dentro de uma mesma categoria, sem prejuízo do valor nutricional.

Nutricionista: Giovanna Rizzo - CRN:60748



CARDÁPIO MARÇO - MINI



CARDÁPIO MARÇO - MINI							
SEMANA 3 17/03 a 21/03	Lanche da Manhã	Almoço/Jantar					Lanche da Tarde
		Prato Base	Prato Principal	Guarnição	Salada	Sobremesa	
Segunda-feira	Pão Integral com Queijo Branco Fruta <i>Contém: glúten e lactose</i>	Arroz Branco e Feijão Carioca	Isca de Frango Acebolado	Mix de Legumes	Salada	Fruta	Bolo de Fubá s/Açúcar Fruta <i>Contém: glúten, lactose e ovo</i>
Terça-feira	Muffin de Espinafre com Queijo Fruta <i>Contém: glúten, lactose e ovo</i>	Arroz Integral e Feijão Preto	Ovos Mexidos <i>Contém: lactose</i>	Couve refogada	Salada	Fruta	Cookie de Laranja s/Açúcar Fruta <i>Contém: glúten e lactose</i>
Quarta-feira	Creme de Manga, Maracujá e Banana e Biscoito de Arroz	Arroz Branco e Grão de Bico	Tirinhas de Filé Mignon Suíno	Batata Gratinada <i>Contém: glúten e lactose</i>	Salada	Fruta	Pão de Beterraba com Patê de Frango Fruta <i>Contém: glúten e lactose</i>
Quinta-feira	Panqueca de Banana com Aveia s/Açúcar Fruta <i>Contém: glúten, lactose e ovo</i>	Macarrão Integral <i>Contém: glúten e ovo</i>	Molho à Bolonhesa	Cenoura salteados	Salada	Fruta	Pão de Queijo com Chia Fruta <i>Contém: lactose e ovo</i>
Sexta-feira	Bolo Integral de Cacau s/Açúcar Fruta <i>Contém: glúten, lactose e ovo</i>	Arroz Branco e Feijão Carioca	Peixe assado	Creme de Espinafre <i>Contém: glúten e lactose</i>	Salada	Fruta	Bolo Integral de Cacau s/Açúcar Fruta <i>Contém: glúten, lactose e ovo</i>

O cardápio poderá sofrer pequenas alterações sem aviso prévio, sempre dentro de uma mesma categoria, sem prejuízo do valor nutricional.

Nutricionista: Giovanna Rizzo - CRN:60748



CARDÁPIO MARÇO - MINI



CARDÁPIO MARÇO - MINI							
SEMANA 4 24/03 a 28/03	Lanche da Manhã	Almoço/Jantar					Lanche da Tarde
		Prato Base	Prato Principal	Guarnição	Salada	Sobremesa	
Segunda-feira	Leite com Cereal Fruta <i>Contém: glúten e lactose</i>	Arroz Branco e Feijão Preto	Filé Mignon Suíno	Berinjela e Abobrinha com Azeite e Ervas	Salada	Fruta	Bolo de Laranja s/Açúcar Fruta <i>Contém: glúten, lactose e ovo</i>
Terça-feira	Pão de Mandioquinha com Requeijão Fruta <i>Contém: glúten e lactose</i>	Arroz Integral e Feijão Preto	Escondidinho de Carne com Mandioca <i>Contém: lactose</i>	—	Salada	Fruta	Barrinha de Aveia com Banana s/Açúcar Fruta <i>Contém: glúten e lactose</i>
Quarta-feira	Cookie Integral de Coco s/Açúcar Fruta <i>Contém: glúten e lactose</i>	Arroz Branco e Feijão Carioca	Omelete com Queijo e Tomate <i>Contém: lactose</i>	Couve refogada	Salada	Fruta	Wrap de Queijo com Tomate e Orégano Fruta <i>Contém: glúten e lactose</i>
Quinta-feira	Pão de Abóbora com Patê de Atum Fruta <i>Contém: glúten e lactose</i>	Macarrão Integral com Molho de Tomate <i>Contém: glúten e ovo</i>	Sobrecoca assada com Laranja	Brócolis e Couve-flor ao Alho e Óleo	Salada	Fruta	Bolo Integral de Iogurte s/Açúcar Fruta <i>Contém: glúten, lactose e ovo</i>
Sexta-feira	Pastel de Forno com Queijo e Legumes Fruta <i>Contém: glúten, lactose e ovo</i>	Arroz Branco e Feijão Preto	Peixe Assado com Cebola e Batata	Farofa <i>Contém: glúten e lactose</i>	Salada	Fruta	Milho Cozido Fruta

O cardápio poderá sofrer pequenas alterações sem aviso prévio, sempre dentro de uma mesma categoria, sem prejuízo do valor nutricional.

Nutricionista: Giovanna Rizzo - CRN:60748