

CARDÁPIO I – MARÇO

1ª SEMANA	SEGUNDA (02/03)	TERÇA (03/03)	QUARTA (04/03)	QUINTA (05/03)	SEXTA (06/03)
LANCHE DA MANHA	Melancia em pedaços Pão com ovo Suco de manga	Mamão em pedaços Bolo de laranja Suco de abacaxi	Melão em pedaços Cuscuz com carne moída Suco de goiaba	Laranja Tapioca de queijo Suco de maracujá	FERIADO
ALMOÇO	Salada crua (tomate, cebola, pimentão e pepino) Frango a jardineira (ao forno com legumes cozidos, milho e ervilha) Macarrão ao molho de tomate Feijão preto Suco de acerola	Salada de legumes crus com grão de bico (cebola, tomate. Pepino) Rocambolo de carne ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Feijão carioca Suco de graviola	Salada de legumes cozidos (chuchu, abóbora, beterraba e batata) Isca de carne acebolada Arroz com espinafre Feijão preto Suco de manga	Legumes cozidos no vapor (brócolis, cenoura e batata) Bolinho de peixe Arroz com espinafre Feijão carioca Suco de tangerina	FERIADO
LANCHE DA TARDE	Manga em tirinhas Salgadinho de queijo caseiro Suco de goiaba	Banana em rodelas Sopa de feijão Suco de uva	Abacaxi em rodelas Pizza caseira Suco de acerola	Goiaba picadinha Pastelão Suco de manga	FERIADO

OBS.: sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade de sazonalidade das frutas

OBS².: Os alunos matriculados no horário regular, ou seja, manhã ou tarde, deverão seguir o lanche adequado ao seu horário recebendo este aluno uma refeição. Os alunos matriculados no hotelzinho irão receber 3 refeições

CARDÁPIO II – MARÇO

2ª SEMANA	SEGUNDA (09/03)	TERÇA (10/03)	QUARTA (11/03)	QUINTA (12/03)	SEXTA (13/03)
LANCHE DA MANHA	Goiaba em pedaços Sanduiche de queijo Suco de Acerola	Mamão em pedaços Bolo de banana Suco de graviola	Banana picadinha com aveia Torradinha caseira de pão Danone	Uva verde Inhame com ovo Suco de maracujá	Maçã em pedaços Broa de milho Suco de uva
ALMOÇO	Saladinha de legumes cozidos (chuchu, batata e cenoura) Carne moída ao molho de tomate Espaguete ao alho e cebola Feijão preto Suco de manga	Batatinha e cenoura em rodela ao forno com orégano e grão de bico Frango guisadinho Arroz com espinafre Feijão carioca Suco de maracujá	Salada crua de alface, tomate e cebola Purê de jerimum Fígado acebolado Macarrão refogado com cebola Feijão preto Suco de uva	Legumes cozidos (beterraba, chuchu e cenoura) Isca de carne assada Arroz com batatinhas Feijão carioca Suco de graviola	Saladinha de alface, tomate, pimentão e pepino Frango empanado Macarrão ao molho de tomate Feijão preto Suco de abacaxi
LANCHE DA TARDE	Canja Suco de maracujá	Melancia picadinha Sequinhos caseiro Suco de abacaxi	Mamão em pedaços Tapioca de queijo Suco de manga	Bagos de laranja Bolo formigueiro Suco de acerola	Cuscuz com ovo Suco de goiaba

OBS.: sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade de sazonalidade das frutas

OBS².: Os alunos matriculados no horário regular, ou seja, manhã ou tarde, deverão seguir o lanche adequado ao seu horário recebendo este aluno uma refeição. Os alunos matriculados no hotelzinho irão receber 3 refeições.

CARDÁPIO III - MARÇO

3ª SEMANA	SEGUNDA (16/03)	TERÇA (17/03)	QUARTA (18/03)	QUINTA (19/03)	SEXTA (20/03)
LANCHE DA MANHA	Pera em cubinhos Cachorro quente de carne moída Suco de uva	Maçã em cubinhos Milho cozido Suco de abacaxi	Melão em pedaços Tapioca de queijo Suco de acerola	Mamão em pedaços Bolo de laranja Suco de melancia	Melancia em pedaços Sopa de feijão Suco de goiaba
ALMOÇO	Pure de batata Isca de frango com cebola e cenoura ralada Macarrão com molho de tomate Feijão preto Suco de melancia	Saladinha de legumes cozidos (brócolis, cenoura e beterraba) Picadinho de peixe ao molho de tomate Arroz com espinafre Feijão carioca Suco de manga	Purê de batata doce Coxa e sobrecoxa guisadinha Macarrão branco Feijão carioca Suco de uva	Legumes cozidos (chuchu, beterraba e cenoura) Creme de frango Arroz integral Feijão preto Suco de acerola	Saladinha de acelga, alface e repolho verde Feijoadinha saudável (feijão preto, carne bovina) Arroz branco Suco de abacaxi
LANCHE DA TARDE	Abacaxi em pedaços Cartola Suco de acerola	Uva verde Lolita caseira Suco de goiaba	Bagos de tangerina Broinha de milho caseira Suco de maracujá	Goiaba em pedaços Sequilhos caseiro Suco de manga	Mamão em pedaços Tapioca de queijo Suco de uva

OBS.: sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade de sazonalidade das frutas

OBS².: Os alunos matriculados no horário regular, ou seja, manhã ou tarde, deverão seguir o lanche adequado ao seu horário recebendo este aluno uma refeição. Os alunos matriculados no hotelzinho irão receber 3 refeições.

CARDÁPIO IV - MARÇO

4ª SEMANA	SEGUNDA (23/03)	TERÇA (24/03)	QUARTA (25/03)	QUINTA (26/03)	SEXTA (27/03)
LANCHE DA MANHA	Melão em pedaços Cuscuz com ovo Suco de uva	Manga em pedaços Tapioca de queijo Suco de goiaba	Goiaba em pedaços Bolo de maracujá Suco de manga	Abacaxi em rodela Broinha de milho caseira Suco de acerola	Maça em pedaços Salgadinho de cebola Suco de abacaxi
ALMOÇO	Batata, cenoura e chuchu cozidos Coxa e sobrecoxa ao forno Macarrão refogado com cebola e alho Feijão carioca Suco de abacaxi	Acelga refogada com couve e beterraba em tirinhas Bife acebolado Arroz refogado com cenoura ralada Feijão preto Suco de uva	Purê de batata Carne de sol desfiadinha Arroz com cenoura ralada Feijão carioca Suco de acerola	Saladinha de legumes cozidos no vapor (brócolis, cenoura e beterraba) Rocambole de carne com queijo Macarrão ao molho de tomate Feijão preto Suco de graviola	Legumes cozidos (chuchu, beterraba e cenoura) Creme de frango Arroz integral Feijão carioca Suco de manga
LANCHE DA TARDE	Melancia em rodela Biscoito de chocolate caseiro Suco de goiaba	Banana em rodela Lolita Suco de acerola	Maça em tirinhas Pão com ovo Suco de manga	Banana em rodela Sequilhos caseiro Suco de abacaxi	Melancia em pedaços Pizza caseira Suco de uva

OBS.: sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade de sazonalidade das frutas

OBS².: Os alunos matriculados no horário regular, ou seja, manhã ou tarde, deverão seguir o lanche adequado ao seu horário recebendo este aluno uma refeição. Os alunos matriculados no hotelzinho irão receber 3 refeições.