

CARDÁPIO ANO LETIVO
EMEI – ETAPA MATERNAL/PRÉ-ESCOLA

MARÇO/2023

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	06/03	07/03	08/03	09/03	10/03
CAFÉ MANHÃ 8H30	Leite (puro ou com cacau) Pão mini massinha lisa com manteiga	Leite (puro ou com cacau) Pão caseiro com nata	Leite (puro ou com cacau) Pão caseiro de beterraba com nata	Leite (puro ou com cacau) Pão caseiro batido com manteiga	Leite (puro ou com cacau) Panqueca de banana, canela e aveia
FRUTA 10h	Melancia	Manga picadinha	Melão picadinho	Maçã picada	Banana
ALMOÇO 11h30	Arroz Feijão Panqueca de carne moída Salada de cenoura cozida	Arroz Feijão vermelho Carne suína assada Salada de brócolis cozido	Arroz Lentilha Frango com molho (coxa) Salada de abobrinha com orégano	Arroz Feijão Carne de panela com molho (cubos) Salada de beterraba raladinha	Arroz com galinha Feijão Salada de alface roxa picadinha
LANCHE TARDE/FRUTA 14h	Melancia e melão picados	Melancia e manga picadas	Melão e maçã picadinhas	Vitamina de mamão com maçã e aveia	Suco de uva Milho verde cozido com manteiga e sal
JANTA 16H15	Carreteiro de moída Feijão mexido Cenoura ralada	Escondidinho de batata com carne suína Legumes refogados (abobrinha, cenoura e brócolis)	Mesmo almoço	Polenta recheada com queijo e molho de carne desfiada Feijão Tomate picadinho	Mesmo almoço

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista

Juliana Guilherme
Nutricionista RT da Alimentação Escolar
CRN2 5788