

**CARDÁPIO ANO LETIVO**  
**EMEI – ETAPA MATERNAL/PRÉ-ESCOLA**

**MARÇO/2023**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	13/03	14/03	15/03	16/03	17/03
<b>CAFÉ MANHÃ</b> 8H30	Leite (puro ou com cacau) Pão mini cacetinho com nata	Leite (puro ou com cacau) Pão caseiro de grãos com nata	Leite (puro ou com cacau) Pão caseiro de com manteiga	Leite (puro ou com cacau) Rosca de polvilho *leite, ovo, polvilho azedo, óleo de soja e sal	Leite (puro ou com cacau) Bolo de banana sem açúcar
<b>FRUTA</b> 10h	Mamão picado	Banana	Manga picadinha	Maçã picada	Ameixa
<b>ALMOÇO</b> 11h30	Arroz Feijão Omelete de frigideira ou de forno Salada de pepino com tomate	Arroz/Feijão vermelho Bolinho de carne suína *carne suína moída, ovo, cebola, farinha e sal Salada de brócolis cozido	Arroz Feijão Frango assado (coxinha da asa) Couve refogada com farofa	Arroz Feijão Batatinha doce assada Carne moída Salada de repolho	Arroz Feijão Bife de frango Chuchu refogado com cebola
<b>LANCHE TARDE/FRUTA</b> 14h	Mamão e banana picados	Banana e mamão com granola	Manga e maçã picadinhas	Iogurte de morango saudável	Salada de frutas (banana, maçã, abacaxi, manga, morango e mamão)
<b>JANTA</b> 16H15	Sanduíche natural (pão mini cacetinho, omelete com queijo, alface e tomate) Suco de uva integral	Polentinha Carne de panela (suína) Salada de brócolis	Massa conchinha Frango com molho (coxinha da asa) Salada de beterraba com cenoura	Mesmo almoço	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