

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

**MARÇO/2023**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	27/03	28/03	29/03	30/03	31/03
<b>CAFÉ MANHÃ</b> 8H30	Vitamina de abacate com banana Mini cacetinho com manteiga	Leite (puro ou com cacau) Pão batido com manteiga	Leite (puro ou com cacau) Bolo de granola sem açúcar	Leite (puro ou com cacau) Torrada com queijo	Leite (puro ou com cacau) Pão batido com nata
<b>FRUTA</b> 10h	Mamão	Laranja picada	Melão picadinho	Maçã	Banana
<b>ALMOÇO</b> 11h30	Arroz Feijão Isclas de fígado aceboladas Moranga refogada com tempero verde	Arroz Feijão Moída com chuchu Salada de tomate cereja	Arroz Feijão vermelho Frango com molho Refogado de repolho com cenoura	Arroz Feijão Carne com molho Polentina mole Abrobrinha cozida com tomate	Arroz Lentilha Carne suína desfiada Milho cozido
<b>LANCHE TARDE/FRUTA</b> 14h	Mamão e laranja picadinhos	Abacate amassado com banana e aveia	Frutas picadas com granola (melão, manga, laranja)	Leite (puro ou com cacau) Torrada com queijo	Gelatina de uva saudável
<b>JANTA</b> 16H15	Mesmo almoço	Polenta à Bolonhesa Espinafre refogado com ovo	Massinha Frango com molho Salda de cenoura e abobrinha cozida	Mesmo almoço	Arroz Lentilha Farofinha de ovo

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  
CRN 5788