

CARDÁPIO -Escola de Ensino Fundamental Nossa Senhora do Brasil

jun/23



1a Semana (01a02)	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA- FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO				Arroz / Feijão Carne bolognesa Polentinha	Arroz / Feijão Bifinho doré** Legumes refogados
SALADAS				Mix fol verdes/beterraba coz	Alface/Salada colorida
SOBREMESA				Fruta	Fruta
2ªSemana(05à 09)	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA- FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz/Feijão Cubos de frango Panache de legumes	Arroz/Feijão Filezinhos grelhados Polentinha	Arroz/Feijão Carne bolognesa Macarrão	FERIADO	RECESSO
SALADAS	Cenoura/Mix legumes	Alface/beterraba coz.	Alface/repolho roxo		
SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta		
3a Semana (12à 16)	SEGUNDA -FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA- FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz/ feijão Filézinho doré Duo de legumes	Arroz/ feijão Carne bolognesa Macarrão	Arroz/Feijão Escondidinho Mix de folhas verdes	Arroz/Feijão Filezinho de peixe Purê de batatas	Arroz/Feijão Filezinho grelhado Polentinha
SALADAS	Alface/Cenoura	Couve flor/alface	Alface/Beterraba	Repolho/tomate	Beterraba coz/Alface
SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
4a Semana(19a23)	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA- FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz/ feijão Strogonoff Batata palha	Arroz/Feijão Bifinhos grelhados Duo de legumes	Arroz/Feijão Franguinho com molho Purê batatas	Arroz/Feijão Porpetas** Macarrão	Arroz/Feijão Filezinho doré** Legumes refogados
SALADAS	Alface/Tomate	Acelga/ beterraba	Mix folhas verdes/salada colorida	Alface/cenoura	Acelga/beterraba
SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
5ªSemana(26a30)	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA- FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz/ feijão Bifinho grelhado Polentinha	Arroz/Feijão Risoto Panache de legumes	Arroz/Feijão Carne de panela Macarrão	Arroz/Feijão Escalopes Legumes refogadinhos	Arroz/Feijão Frango assado Macarrão alho e óleo
SALADAS	Alface/Cenoura	Alface/beterraba coz	Tomate/Mix folhas verdes	Seleta de legumes/alface	Repolho/tomate



Nossos cardápio é cuidadosamente elaborado com ingredientes naturais, assim podemos garantir um valor nutricional adequado para a faixa etária. Atendemos às exigências de redução de gorduras e sódio, sem abrir mão do sabor.

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado
Frutas (da estação) variadas diariamente

ALIMENTAÇÃO INFANTIL

Nutricionistas:
Andrea Garcia
CRN-² 5095

**Itens preparados no forno