

## CARDÁPIO -Escola de Ensino Fundamental Nossa Senhora do Brasil

ago/23



1ª Semana (01 à 04)	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA- FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO		Arroz/Feijão Franguinho com molho Polentina	Arroz/Feijão Filezinho dorê* Salteado de legumes	Arroz/Feijão Carne bolognesa Macarrão	Arroz/Feijão Filezinho na chapa Purê de batatas
SALADAS		Mixfolh verdes/beter coz.	Alface/cenoura	Salada mista/Alface	Repolho com tv/tomate
SOBREMESA		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
2ªSemana( 07à 11)	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA- FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Escondidinho Duo de legumes	Arroz/Feijão Bifinho na chapa Macarrão especial	Arroz/Feijão Iscas de carne Repolho colorido	Arroz/ Feijão Filézinho de Peixe Purê batatas	Arroz/Feijão Almondegas* Macarrão
SALADAS	Acelga/cenoura	Beterraba cozida/alface	Alface/cenoura	Salada colorida/Mix legumes	Alface/Beterraba
SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
3ª Semana ( 14à 18)	SEGUNDA -FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA- FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz/ Feijão Filezinho na chapa Polentina	Arroz/ feijão Carreteiro Mix folhas verdes c/ farofa	Arroz/ feijão Carne bolognesa Macarrão	Arroz/Feijão Filezinho dorê* Legumes refogados	Arroz/Feijão Filezinhos Batatinhas
SALADAS	Legumes/alface	Tomate/salada colorida	Alface/beterraba coz	Alface/tomate	Alface/Beterraba
SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
4ª Semana (21à25)	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA- FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz / Feijão Estrogonofe Batata palha*	Arroz / Feijão Filezinho de Peixe Purê de batatas	Arroz/ Feijão Carne de panela Duo de legumes	Arroz/Feijão Filezinho grelhado Macarrão	Arroz/Feijão Escondidinho Legumes refogadinhos
SALADAS	Beterraba/alface	Tomate/ couve chinesa	Mix folhas verdes/ cenoura	Alface/Salada colorida	Alface/Beterraba
SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
5ªSemana(28à31)	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA- FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	Arroz/Lentilha Filezinho na chapa Salteado de legumes	Arroz/Feijão Almondegas* Macarrão	Arroz / Feijão Filezinho dorê Polentina	Arroz/Feijão Frango assado Brócolis com cenoura	
SALADAS	Salada mista/cenoura	Alface/beterraba	Chuchu/alface	Seleta de legumes/alface	
SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	



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:  
Rayana de Castro Aguiar  
CRN-2 17651-D

\*\*Itens preparados no forno