

CARDÁPIO - MARÇO/2022



Instituto de Integração
Social de Barueri



PREFEITURA DE
COTIA

0 a 5 meses e 29 dias

| Dia da Semana / Horario | DESJEJUM | ALMOÇO | LANCHE | JANTAR | * CEIA |
|----------------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil |
| | 07:30 | 10:30 | 13:30 | 15:30 | 17:30 |
| Segunda | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 |
| Terça | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 |
| Quarta | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 |
| Quinta | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 |
| Sexta | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 | Fórmula Infantil 1 |

*** para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.**

Fórmula infantil:

Oferecer 150 ml. Usar bico ortodôntico nº 1.

Água:

Ofertar entre as refeições.




Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077

6 meses - 1ª Semana

| Dia da Semana / Horário | DESJEJUM | ALMOÇO | LANCHE | JANTAR | * CEIA |
|-------------------------|--------------------|------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil |
| | 07:30 | 10:30 | 13:30 | 15:30 | 17:30 |
| Segunda | Fórmula Infantil 2 | Maçã Raspadinha | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |
| Terça | Fórmula Infantil 2 | Papinha de Manga | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |
| Quarta | Fórmula Infantil 2 | Papinha de Manga | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |
| Quinta | Fórmula Infantil 2 | Pêra Raspadinha | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |
| Sexta | Fórmula Infantil 2 | Pêra Raspadinha | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |


*** para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.**

| | | |
|--------------------------|--|---|
| Fórmula infantil: | Oferecer 175 ml. Usar o bico ortodôntico nº 2. |  Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 36077 |
| Água: | Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar. | |
| Papinha de fruta: | Água: ofertar entre as refeições. | |

6 meses - 2ª Semana

| Dia da Semana / Horário | DESJEJUM | ALMOÇO | LANCHE | JANTAR | * CEIA |
|-------------------------|--------------------|------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil |
| | 07:30 | 10:30 | 13:30 | 15:30 | 17:30 |
| Segunda | Fórmula Infantil 2 | Maçã Raspadinha | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |
| Terça | Fórmula Infantil 2 | Papinha de Manga | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |
| Quarta | Fórmula Infantil 2 | Papinha de Manga | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |
| Quinta | Fórmula Infantil 2 | Pêra Raspadinha | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |
| Sexta | Fórmula Infantil 2 | Pêra Raspadinha | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |

*** para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.**


| | | |
|--------------------------|--|---|
| Fórmula infantil: | Oferecer 175 ml. Usar o bico ortodôntico nº 2. |  Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 36077 |
| Papinha de fruta: | Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar. | |
| Água: | Água: ofertar entre as refeições. | |

6 meses - 3ª Semana

| Dia da Semana / Horário | DESJEJUM | ALMOÇO | LANCHE | JANTAR | * CEIA |
|-------------------------|--------------------|---------------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| | Fórmula Infantil | Papinha salgada | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil |
| | 07:30 | 10:30 | 13:30 | 15:30 | 17:30 |
| Segunda | Fórmula Infantil 2 | Abóbora Paulista e chuchu | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |
| Terça | Fórmula Infantil 2 | Abóbora Paulista e chuchu | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |
| Quarta | Fórmula Infantil 2 | Cenoura e Batata | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |
| Quinta | Fórmula Infantil 2 | Cenoura e Batata | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |
| Sexta | Fórmula Infantil 2 | Mandioquinha e Abobrinha | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |

*** para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.**

| | |
|--|--|
| Fórmula infantil: | Oferecer 175 ml. Usar o bico ortodôntico nº 2. |
| Água: | Água: ofertar entre as refeições. |
| Papinha de fruta: | Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar. |
| Papinha salgada (Almoço e jantar) | Oferecer 1 concha pequena (100 gramas). |
| | Alimentos bem cozidos. Carnes bem desfiadas e picadas Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir. |
| | Consistência na forma de purê amolecido. Passar na peneira grossa. |




Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077

6 meses - 4ª Semana

| Dia da Semana / Horario | DESJEJUM | ALMOÇO | LANCHE | JANTAR | * CEIA |
|----------------------------|--------------------|---|--------------------|--------------------|--------------------|
| | Fórmula Infantil | Papinha salgada | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil |
| | 07:30 | 10:30 | 13:30 | 15:30 | 17:30 |
| Segunda | Fórmula Infantil 2 | Feijão, batata, cenoura e frango | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |
| Terça | Fórmula Infantil 2 | Ervilha, cenoura, batata, chuchu e frango | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |
| Quarta | Fórmula Infantil 2 | Grão de Bico, abóbora, inhame, e frango | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |
| Quinta | Fórmula Infantil 2 | Batata, feijão, chuchu e frango | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |
| Sexta | Fórmula Infantil 2 | Lentilha, abóbora, couve flor, cenoura e frango | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 | Fórmula Infantil 2 |

*** para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.**

| | |
|--|--|
| Fórmula infantil: | Oferecer 175 ml. Usar o bico ortodôntico nº 2. |
| Água: | Água: ofertar entre as refeições. |
| Papinha de fruta: | Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar. |
| Papinha salgada (Almoço e jantar) | Oferecer 1 concha pequena (100 gramas). |
| | Alimentos bem cozidos. Carnes bem desfiadas e picadas Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir. |
| | Consistência na forma de purê amolecido. Passar na peneira grossa. |




Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077

7 a 12 meses - 1º Quinzena

| Dia / Horário | DESJEJUM | ALMOÇO | LANCHE | JANTAR | *CEIA |
|---|--------------------|---|--------------------|--|--------------------|
| | Fórmula Infantil | Papinha salgada e de fruta | Fórmula Infantil | Papinha salgada e de fruta | Fórmula Infantil |
| | 07:30 | 10:30 | 13:30 | 15:30 | 17:30 |
| terça-feira, 1 de março de 2022 | CARNAVAL | | | | |
| quarta-feira, 2 de março de 2022 | | | Fórmula Infantil 2 | Grão de Bico, abóbora, chuchu, couve-flor e frango/ Pêra Raspadinha | Fórmula Infantil 2 |
| quinta-feira, 3 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Macarrão, batata, chuchu, cenoura e frango/ Papinha de Melancia | Fórmula Infantil 2 | Feijão,mandioquinha, couve-flor, abóbora, carne/ Papinha de Mamão | Fórmula Infantil 2 |
| sexta-feira, 4 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Arroz, feijão, abóbora, inhame, couve-flor e carne/ Papinha de Melão | Fórmula Infantil 2 | Fubá, cenoura,tomate,abobrinha, couve e frango/Papinha de Banana | Fórmula Infantil 2 |
| sábado, 5 de março de 2022 | SÁBADO | | | | |
| domingo, 6 de março de 2022 | DOMINGO | | | | |
| segunda-feira, 7 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Mandioquinha, feijão, abobrinha,cenoura, repolho e carne/ Papinha de Banana | Fórmula Infantil 2 | Ervilha, abóbora paulista, chuchu, couve e frango/ Papinha de Melão | Fórmula Infantil 2 |
| terça-feira, 8 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Macarrão, batata, abobrinha, cenoura e carne/Papinha de Abacate | Fórmula Infantil 2 | Arroz, mandioquinha, cenoura, espinafre e frango/ Pêra Raspadinha | Fórmula Infantil 2 |
| quarta-feira, 9 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Grão de bico, cenoura, batata doce, chuchu, espinafre e frango/Maçã Raspadinha | Fórmula Infantil 2 | Feijão, abóbora, chuchu, inhame, acelga e ovo/ Papinha de Mamão | Fórmula Infantil 2 |
| quinta-feira, 10 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Inhame, feijão branco, cenoura, acelga e frango/Papinha de Manga | Fórmula Infantil 2 | Macarrão, batata, beterraba, couve-flor e carne/Papinha de Melão | Fórmula Infantil 2 |
| sexta-feira, 11 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Arroz, feijão, abóbora, inhame e carne/ Papinha de Melão | Fórmula Infantil 2 | Lentilha, cenoura,batata, brócolis e frango/` Papinha de Banana | Fórmula Infantil 2 |
| sábado, 12 de março de 2022 | SÁBADO | | | | |
| domingo, 13 de março de 2022 | DOMINGO | | | | |
| segunda-feira, 14 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Arroz, beterraba, batata, inhame, couve e frango/ Papinha de Melão | Fórmula Infantil 2 | Feijão, cenoura,batata,abobrinha, brócolis e carne/ Maçã Raspadinha | Fórmula Infantil 2 |
| terça-feira, 15 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Fubá, abobrinha,cenoura, brócolis e carne/ Papinha de Mamão | Fórmula Infantil 2 | Ervilha, abóbora paulista,chuchu, couve-flor e frango/ Papinha de Melão | Fórmula Infantil 2 |

7 a 12 meses - 2º Quinzena

| Dia / Horário | DESJEJUM | ALMOÇO | LANCHE | JANTAR | *CEIA |
|---|--------------------------|---|--------------------|--|--------------------|
| | Fórmula Infantil | Papinha salgada e de fruta | Fórmula Infantil | Papinha salgada e de fruta | Fórmula Infantil |
| | 07:30 | 10:30 | 13:30 | 15:30 | 17:30 |
| quarta-feira, 16 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Macarrão, batata, chuchu, cenoura, couve-flor e frango/ Papinha de Banana | Fórmula Infantil 2 | Feijão branco,mandioquinha,beterraba, agrião e carne/ Pêra Raspadinha | Fórmula Infantil 2 |
| quinta-feira, 17 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Arroz, feijão, abóbora, mandioquinha, agrião e carne/ Papinha de Melão | Fórmula Infantil 2 | Fubá, tomate, inhame, abóbora, couve e frango/ Papinha de Manga | Fórmula Infantil 2 |
| sexta-feira, 18 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Macarrão, ervilha, chuchu, cenoura, couve e frango/ Maçã Raspadinha | Fórmula Infantil 2 | Batata, feijão, chuchu,abobrinha, brócolis e carne/ Papinha de Mamão | Fórmula Infantil 2 |
| sábado, 19 de março de 2022 | SÁBADO | | | | |
| domingo, 20 de março de 2022 | DOMINGO | | | | |
| segunda-feira, 21 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Macarrão, inhame, abóbora paulista, chuchu, carne/Papinha de Manga | Fórmula Infantil 2 | Arroz, lentilha,abobrinha, e batata, couve-flor e frango/Pêra Raspadinha | Fórmula Infantil 2 |
| terça-feira, 22 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Grão de bico, batata, beterraba, couve-flor e frango/Maçã Raspadinha | Fórmula Infantil 2 | Inhame, feijão, cenoura, chuchu, repolho e frango/Papinha de Abacate | Fórmula Infantil 2 |
| quarta-feira, 23 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Arroz, lentilha,abóbora, mandioquinha, repolho e frango/Papinha de Melão | Fórmula Infantil 2 | Macarrão, abobrinha,batata doce, inhame, espinafre e carne/Papinha de Melancia | Fórmula Infantil 2 |
| quinta-feira, 24 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Feijão, batata, cenoura, chuchu, espinafre e carne/Papinha de Banana | Fórmula Infantil 2 | Arroz, tomate, cenoura, mandioquinha, couve e ovo/Papinha de Abacate | Fórmula Infantil 2 |
| sexta-feira, 25 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Grão de bico, cenoura, batata, , espinafre e frango/Maçã Raspadinha | Fórmula Infantil 2 | Feijão, abóbora, chuchu, inhame, acelga e ovo/ Papinha de Mamão | Fórmula Infantil 2 |
| sábado, 26 de março de 2022 | SÁBADO | | | | |
| domingo, 27 de março de 2022 | DOMINGO | | | | |
| segunda-feira, 28 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Mandioquinha, feijão, abobrinha,cenoura, repolho e carne/ Papinha de Banana | Fórmula Infantil 2 | Ervilha, abóbora paulista, chuchu, couve e frango/ Papinha de Melão | Fórmula Infantil 2 |
| terça-feira, 29 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Feijão, inhame, abóbora paulista, chuchu, frango/Papinha de Melão | Fórmula Infantil 2 | Macarrão, lentilha, cenoura,batata, couve e ovo/ Papinha de Mamão | Fórmula Infantil 2 |
| quarta-feira, 30 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Macarrão, batata, abobrinha, cenoura e carne/Papinha de Abacate | Fórmula Infantil 2 | Lentilha, mandioquinha, cenoura, espinafre e frango/ Pêra Raspadinha | Fórmula Infantil 2 |
| quinta-feira, 31 de março de 2022 | Fórmula Infantil 2 | Arroz, chuchu, abóbora, inhame, couve e frango/ Pêra Raspadinha | Fórmula Infantil 2 | Fubá, abobrinha,cenoura, brócolis e carne/ Papinha de Mamão | Fórmula Infantil 2 |
| * para alunos que permaneçam até as 19:00 horas. | | | | | |
| Fórmula infantil: | | Ofertar 175 ml. A partir do 8 meses servir no copo de transição. | | | |
| Água: | | Água: ofertar entre as refeições. | | | |
| Papinha de fruta: | | Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar. | | | |
| Papinha salgada | (Almoço e jantar) | Oferecer 2 concha pequena (200 gramas). Alimentos bem cozidos. | | | |
| | | Alimentos bem cozidos. Carnes bem desfiadas e picadas. Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir. | | | |
| | | Consistência: evoluir gradativamente (de amassado para pedaços pequenos). | | | |
| | | Ovo inteiro (bem cozido) | | | |


 Nuóbis Alves Silva
 Nutricionista
 CRN 38077


Maternal - 1º e 2º Fases - 1º Quinzena

| Dia da Semana | *Desjejum 07h30 | Almoço 10h30 | Lanche 13:30 | Jantar 15h30 | *Ceia 17h30 |
|------------------------------------|---|--|-----------------------------------|--|--|
| terça-feira, 1 de março de 2022 | CARNAVAL | | | | |
| quarta-feira, 2 de março de 2022 | | | Chá com Pão de queijo | Sopa de Ervilha, cenoura, batata e frango/Laranja | Leite Puro/Biscoito Cream Cracker |
| quinta-feira, 3 de março de 2022 | Leite PURO e pão com requeijão | Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre /Cenoura Cozida/Banana | Banana com Aveia | Sopa de fubá, couve e carne moída/Manga | Chá com Pão de Queijo |
| sexta-feira, 4 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão francês com margarina | Arroz/Feijão/Carne Moída/Escarola Refogada/Abacaxi | Chá com Biscoito Povilho | Sopa de Lentilha, legumes e frango/Mamão | Vitamina de Fruta/Biscoito Cream Cracker |
| sábado, 5 de março de 2022 | SÁBADO | | | | |
| domingo, 6 de março de 2022 | DOMINGO | | | | |
| segunda-feira, 7 de março de 2022 | Leite Puro e mini pão francês com requeijão | Arroz/Feijão/Carne de Panela/Salada de Pepino/Melancia | Leite com Biscoito Cream Cracker | Sopa de Grão de Bico, batata, cenoura e frango/Laranja | Chá com Biscoito de Polvilho |
| terça-feira, 8 de março de 2022 | Leite puro com Pão com requeijão | Arroz/Feijão/Frango refogado/Abóbora Refogada/Mamão | Chá com Torta de Carne | Sopa de macarrão com carne e legumes/Melão | Banana com Aveia |
| quarta-feira, 9 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão francês com margarina | Arroz/Feijão/Frango refogado/ Acelga Refogada/Laranja | Chá com Biscoito de Polvilho | Sopa de ervilha, legumes e Carne/Maçã | Leite puro/ Biscoito Integral |
| quinta-feira, 10 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão francês com requeijão | Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de alface/Banana | Leite Puro/Biscoito Cream Cracker | Canja/Melancia | Chá com Pão de Queijo |
| sexta-feira, 11 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão francês com margarina | Arroz/Feijão/Frango refogado/Cenoura Refogada/Mamão | Chá com Torta de Frango | Sopa de feijão branco, legumes e carne/Melão | Vitamina de Frutas/ Biscoito Integral |
| sábado, 12 de março de 2022 | SÁBADO | | | | |
| domingo, 13 de março de 2022 | DOMINGO | | | | |
| segunda-feira, 14 de março de 2022 | Leite com mini pão francês com Requeijão | Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Chuchu Refogado /Melão | Leite com Biscoito Cream Cracker | Sopa de ervilha, cenoura, batata e frango/Manga | Chá com Pão de queijo |
| terça-feira, 15 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão frances com margarina | Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia | Banana com Aveia | Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã | Chá com Torta de Carne |

* para alunos da 1ª 2ª e 3ª fases servir leite puro (sem achocolatado e sem açúcar);

*Ceia para alunos que permanecem até as 19h.

NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO


Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077


Maternal - 1º e 2º Fases - 2º Quinzena

| Dia da Semana | *Desjejum 07h30 | Almoço 10h30 | Lanche 13:30 | Jantar 15h30 | *Ceia 17h30 |
|------------------------------------|---|--|--|--|--|
| quarta-feira, 16 de março de 2022 | Leite PURO e pão com margarina | Arroz/Feijão/Carne Moída /Escarola Refogada /Manga | Chá com Pão de queijo | Sopa de Macarrão com legumes e frango/Mamão | Leite Puro/ Biscoito Cream Cracker |
| quinta-feira, 17 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão frances com requeijão | Arroz/ Feijão/Carne de Panela/ Salada de Alface com Tomate /Laranja | Chá com torta de Frango | Creme de Abóbora com frango/Melancia | Chá com Biscoito Polvilho |
| sexta-feira, 18 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão francês com margarina | Arroz/ Feijão/ Frango / Couve Refogada /Maçã | Banana com Aveia | Sopa de feijão branco, legumes e carne/Melão | Leite Puro/Biscoito Cream Cracker |
| sábado, 19 de março de 2022 | SÁBADO | | | | |
| domingo, 20 de março de 2022 | DOMINGO | | | | |
| segunda-feira, 21 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão com margarina | Arroz/Feijão/Omelete de forno com Espinafre/Salada de Pepino/Abacaxi | Chá com Torta de Frango | Sopa de Macarrão, legumes e frango/ Manga | Vitamina de Fruta/Biscoito Cream Cracker |
| terça-feira, 22 de março de 2022 | Chá e mini pão com requeijão | Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja | Leite Puro/Biscoito Cream Cracker | Sopa de Lentilha, batata, cenoura, macarrão e carne/Melancia | Chá com Torta de Carne |
| quarta-feira, 23 de março de 2022 | Leite PURO e Biscoito Cream Cracker | Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Repolho /Mamão | Chá com mini pão francês com margarina | Sopa de Feijão, legumes e frango/Melão | Leite Puro/Biscoito Integral |
| quinta-feira, 24 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão frances com requeijão | Arroz/Feijão/Frango refogado /Brócolis Refogado/Melancia | Chá com Biscoito Povilho | Canja/Manga | Vitamina de Frutas/ Biscoito Integral |
| sexta-feira, 25 de março de 2022 | Leite Puro/Biscoito Cream Cracker | Arroz/Feijão/Carne Panela/Abóbora Refogada/Maçã | Leite PURO e pão com margarina | Sopa de feijão, macarrão, cenoura, chuchu e frango/Laranja | Chá/Pão com Pão de Queijo |
| sábado, 26 de março de 2022 | SÁBADO | | | | |
| domingo, 27 de março de 2022 | DOMINGO | | | | |
| segunda-feira, 28 de março de 2022 | Leite PURO e pão com margarina | Arroz/Feijão/Iscas de Carne /Abobrinha Refogada/Melancia | Leite Puro/Biscoito Cream Cracker | Sopa de macarrão, legumes e frango e /Manga | Chá com Biscoito Polvilho |
| terça-feira, 29 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão frances com margarina | Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia | Banana com Aveia | Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã | Chá com Torta de Carne |
| quarta-feira, 30 de março de 2022 | Leite PURO e Biscoito Cream Cracker | Arroz/ Feijão/Carne Moída/Brócolis Refogado/Laranja | Leite Puro/ mini pão francês com requeijão | Canja/Melancia | Vitamina com Biscoito Integral |
| quinta-feira, 31 de março de 2022 | Leite PURO e pão com requeijão | Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Mamão | Chá com Pão de queijo | Sopa de ervilha, legumes e carne/Abacaxi | Banana com Aveia |

* para alunos da 1ª 2ª e 3ª fases servir leite puro (sem achocolatado e sem açúcar);

*Ceia para alunos que permanecem até as 19h.


NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO


Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077


Maternal - 3º Fase - 1º Quinzena

| Dia da Semana | *Desjejum 07h30 | Almoço 10h30 | Lanche 13:30 | Jantar 15h30 | *Ceia 17h30 |
|--|---|--|-----------------------------------|--|--|
| terça-feira, 1 de março de 2022 | CARNAVAL | | | | |
| quarta-feira, 2 de março de 2022 | | | Chá com Pão de queijo | Sopa de Ervilha, cenoura, batata e frango/Laranja | Leite Puro/Biscoito Cream Cracker |
| quinta-feira, 3 de março de 2022 | Leite PURO e pão com requeijão | Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre /Cenoura Cozida/Banana | Banana com Aveia | Sopa de fubá, couve e carne moída/Manga | Chá com Pão de Queijo |
| sexta-feira, 4 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão francês com margarina | Arroz/Feijão/Carne Moída/Escarola Refogada/Abacaxi | Canjica | Sopa de Lentilha, legumes e frango/Mamão | Chá com mini pão francês com margarina |
| sábado, 5 de março de 2022 | SÁBADO | | | | |
| domingo, 6 de março de 2022 | DOMINGO | | | | |
| segunda-feira, 7 de março de 2022 | Leite Puro e mini pão francês com requeijão | Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de Pepino/Melancia | Leite com Biscoito Cream Cracker | Sopa de Grão de Bico, batata, cenoura e frango/Laranja | Chá com Biscoito de Polvilho |
| terça-feira, 8 de março de 2022 | Leite puro com Pão com requeijão | Arroz/Feijão/Frango refogado/Abóbora Refogada/Mamão | Chá com Torta de Carne | Sopa de macarrão com carne e legumes/Melão | Banana com Aveia |
| quarta-feira, 9 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão francês com margarina | Arroz/Feijão/Frango refogado/ Acelga Refogada/Laranja | Chá com Bolo de Cenoura | Sopa de ervilha, legumes e Carne/Maçã | Leite puro/ Biscoito Integral |
| quinta-feira, 10 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão francês com requeijão | Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de alface/Banana | Leite Puro/Biscoito Cream Cracker | Canja/Melancia | Chá com Pão de Queijo |
| sexta-feira, 11 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão francês com margarina | Arroz/Feijão/Frango refogado/Cenoura Refogada/Mamão | Chá com Torta de Frango | Sopa de feijão branco, legumes e carne/Melão | Vitamina de Frutas/ Biscoito Integral |
| sábado, 12 de março de 2022 | SÁBADO | | | | |
| domingo, 13 de março de 2022 | DOMINGO | | | | |
| segunda-feira, 14 de março de 2022 | Leite com mini pão francês com Requeijão | Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Chuchu Refogado /Melão | Leite com Rosquinha de Chocolate | Sopa de ervilha, cenoura, batata e frango/Manga | Chá com Pão de queijo |
| terça-feira, 15 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão frances com margarina | Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia | Banana com Aveia | Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã | Chá com Torta de Carne |
| * para alunos da 1ª 2ª e 3ª fases servir leite puro (sem achocolatado e sem açúcar); | | | | |  Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 36077 |
| *Ceia para alunos que permanecem até as 19h. | | | | | |
| NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO | | | | | |

Maternal - 3º Fase - 2º Quinzena

| Dia da Semana | *Desjejum 07h30 | Almoço 10h30 | Lanche 13:30 | Jantar 15h30 | *Ceia 17h30 |
|--|---|--|--|--|---|
| quarta-feira, 16 de março de 2022 | Leite PURO e pão com margarina | Arroz/Feijão/Carne Moída /Escarola Refogada /Manga | Chá com Pão de queijo | Sopa de Macarrão com legumes e frango/Mamão | Leite Puro/ Biscoito Cream Cracker |
| quinta-feira, 17 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão frances com requeijão | Arroz/ Feijão/Carne de Panela/ Salada de Alface com Tomate /Laranja | Chá com torta de Frango | Creme de Abóbora com frango/Melancia | Chá com Biscoito Polvilho |
| sexta-feira, 18 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão francês com margarina | Arroz/ Feijão/ Frango / Couve Refogada /Maçã | Banana com Aveia | Sopa de feijão branco, legumes e carne/Melão | Leite Puro/Biscoito Cream Cracker |
| sábado, 19 de março de 2022 | SÁBADO | | | | |
| domingo, 20 de março de 2022 | DOMINGO | | | | |
| segunda-feira, 21 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão com margarina | Arroz/Feijão/Omelete de forno com Espinafre/Salada de Pepino/Abacaxi | Chá com Torta de Frango | Sopa de Macarrão, legumes e frango/ Manga | Vitamina de Fruta/Biscoito Cream Cracker |
| terça-feira, 22 de março de 2022 | Chá e mini pão com requeijão | Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja | Leite Puro/Biscoito Cream Cracker | Sopa de Lentilha, batata, cenoura, macarrão e carne/Melancia | Chá com Torta de Carne |
| quarta-feira, 23 de março de 2022 | Leite PURO e Biscoito Cream Cracker | Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Repolho /Mamão | Chá com mini pão francês com margarina | Sopa de Feijão, legumes e frango/Melão | Leite Puro/Biscoito Integral |
| quinta-feira, 24 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão frances com requeijão | Arroz/Feijão/Frango refogado /Brócolis Refogado/Melancia | Chá com Biscoito Povilho | Canja/Manga | Vitamina de Frutas/ Biscoito Integral |
| sexta-feira, 25 de março de 2022 | Leite PURO e pão com margarina | Arroz/Feijão/Carne Panela/Abóbora Refogada/Maçã | Chá com Bolo de Laranja | Sopa de feijao, macarrão, cenoura, chuchu e frango/Manga | Chá/Pão com Pão de Queijo |
| sábado, 26 de março de 2022 | SÁBADO | | | | |
| domingo, 27 de março de 2022 | DOMINGO | | | | |
| segunda-feira, 28 de março de 2022 | Leite PURO e pão com margarina | Arroz/Feijão/Iscas de Carne /Abobrinha Refogada/Melancia | Leite com Sucrilhos | Sopa de macarrão, legumes e frango e /Manga | Chá com Biscoito Polvilho |
| terça-feira, 29 de março de 2022 | Leite PURO e mini pão frances com margarina | Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia | Banana com Aveia | Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã | Chá com Torta de Carne |
| quarta-feira, 30 de março de 2022 | Leite PURO e Biscoito Cream Cracker | Arroz/ Feijão/Carne Moída/Brócolis Refogado/Laranja | Leite Puro/ mini pão francês com requeijão | Canja/Melancia | Vitamina com Biscoito Integral |
| quinta-feira, 31 de março de 2022 | Leite PURO e pão com requeijão | Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Mamão | Chá com Pão de queijo | Sopa de ervilha, legumes e carne/Abacaxi | Banana com Aveia |
| * para alunos da 1ª 2ª e 3ª fases servir leite puro (sem achocolatado e sem açúcar); | | | | |  Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 36077 |
| *Ceia para alunos que permanecem até as 19h. | | | | | |
| NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO | | | | | |

Maternal - Sem Lactose 1º e 2º Fase

| Dia da Semana | *Desjejum 07h30 | Almoço 10h30 | Lanche 13:30 | Jantar 15h30 | *Ceia 17h30 |
|--|---|--|--|--|--|
| CARNAVAL | | | | | |
| terça-feira, 1 de março de 2022 | | | Chá com Torta de Frango com leite 0 lactose | Sopa de Ervilha, cenoura, batata e frango/Laranja | Bebida de Soja/Cream Cracker 0 lactose |
| quarta-feira, 2 de março de 2022 | | | Banana com Aveia | Sopa de fubá, couve e carne moída/Manga | Chá com pão com creme vegetal |
| quinta-feira, 3 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre /Cenoura Cozida/Banana | | Sopa de Lentilha, legumes e frango/Mamão | Vitamina de fruta com bebida de soja |
| sexta-feira, 4 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/Feijão/Carne Moída/Escarola Refogada/Abacaxi | Chá com pão com creme vegetal | | |
| SÁBADO | | | | | |
| DOMINGO | | | | | |
| segunda-feira, 7 de março de 2022 | Chá e Pão com creme vegetal | Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de Pepino/Melancia | Chá com Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Sopa de Grão de Bico, batata, cenoura e frango/Laranja | Bebida de Soja/Pão com creme vegetal |
| terça-feira, 8 de março de 2022 | Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Arroz/Feijão/Frango refogado/Abóbora Refogada/Mamão | Chá com Torta de Carne com Bebida de Soja | Sopa de macarrão com carne e legumes/Melão | Banana com Aveia |
| quarta-feira, 9 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/Feijão/Frango refogado /Salada de Acelga/Laranja | Chá com Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Sopa de ervilha, legumes e Carne/Maçã | Bebida de Soja/ Pão com creme vegetal |
| quinta-feira, 10 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de alface/Banana | Bebida de soja com Cream Cracker 0 lactose | Canja/Melancia | Bebida de soja e pão com creme vegetal |
| sexta-feira, 11 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/Feijão/Frango refogado/Cenoura Refogada/Mamão | Chá com Torta de Frango com bebida de soja | Sopa de feijão branco, legumes e carne/Melão | Vitamina de fruta com bebida de soja |
| SÁBADO | | | | | |
| DOMINGO | | | | | |
| segunda-feira, 14 de março de 2022 | Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Chuchu Refogado /Melão | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Sopa de ervilha, cenoura, batata e frango/Manga | Chá com Biscoito Cream Cracker 0 lactose |
| terça-feira, 15 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia | Banana com Aveia | Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã | Chá com Torta de Carne com Bebida de Soja |
| quarta-feira, 16 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/Feijão/Carne Moída /Escarola Refogada /Manga | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Sopa de Macarrão com legumes e frango/Mamão | Bebida de Soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose |
| quinta-feira, 17 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/ Feijão/Carne de Panela/ Salada de Alface com Tomate /Laranja | Chá com Torta de Frango com Bebida de Soja | Creme de Abóbora com frango/Melancia | Chá com pão com creme vegetal |
| sexta-feira, 18 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/ Feijão/ Frango / Couve Refogada /Maçã | Banana com Aveia | Sopa de feijão branco, legumes e carne/Melão | Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose |
| SÁBADO | | | | | |
| DOMINGO | | | | | |
| segunda-feira, 21 de março de 2022 | Chá e Pão com creme vegetal | Arroz/Feijão/Omelete de forno com Espinafre/Salada de Pepino/Abacaxi | Chá com Torta de Frango com leite 0 lactose | Sopa de Macarrão, legumes e frango/ Manga | Vitamina de fruta com bebida de soja |
| terça-feira, 22 de março de 2022 | Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Sopa de Lentilha, batata, cenoura, macarrão e carne/Melancia | Chá e Biscoito Cream Cracker 0 lactose |
| quarta-feira, 23 de março de 2022 | Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Repolho /Mamão | Chá e Pão com creme vegetal | Sopa de Feijão, legumes e frango/Melão | Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose |
| quinta-feira, 24 de março de 2022 | Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Arroz/Feijão/Frango refogado /Brócolis Refogado/Melancia | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Canja/Manga | Vitamina de fruta com bebida de soja |
| sexta-feira, 25 de março de 2022 | Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Arroz/Feijão/Carne Panela/Abóbora Refogada/Maçã | Bebida de Soja/ Pão com creme vegetal | Sopa de feijao, macarrão,cenoura, chuchu e frango/Manga | Vitamina de fruta com bebida de soja |
| SÁBADO | | | | | |
| DOMINGO | | | | | |
| segunda-feira, 28 de março de 2022 | Bebida de soja e Pão Creme vegetal | Aroz/Feijão/Iscas de Carne /Abobrinha Refogada/Melancia | Chá/Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Sopa de macarrão, legumes e frango e /Manga | Banana com Aveia |
| terça-feira, 29 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia | Banana com Aveia | Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã | Chá com Torta de Carne com Bebida de Soja |
| quarta-feira, 30 de março de 2022 | Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Arroz/ Feijão/Carne Moída/Brócolis Refogado/Laranja | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Canja/Melancia | Vitamina de fruta com bebida de soja |
| quinta-feira, 31 de março de 2022 | Bebida de soja e Pão Creme vegetal | Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Mamão | Bebida de soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Sopa de ervilha, legumes e carne/Abacaxi | Chá com pão com creme vegetal |
| * para alunos da 1ª 2ª e 3ª fases servir leite puro (sem achocolatado e sem açúcar); | | | | |  Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 36077 |
| *Ceia para alunos que permanecem até as 19h. | | | | | |
| NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO | | | | | |


Maternal - Sem Lactose 3º Fase

| Dia da Semana | 07h30 | 10h30 | 13:30 | 15h30 | 17h30 |
|---|---|--|--|--|---|
| terça-feira, 1 de março de 2022 | CARNAVAL | | | | |
| quarta-feira, 2 de março de 2022 | | | Chá com Torta de Frango com leite 0 lactose | Sopa de Ervilha, cenoura, batata e frango/Laranja | Bebida Soja/Cream Cracker 0 lactose |
| quinta-feira, 3 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre /Cenoura Cozida/Banana | Banana com Aveia | Sopa de fubá, couve e carne moída/Manga | Chá com pão com creme vegetal |
| sexta-feira, 4 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/Feijão/Carne Moída/Escarola Refogada/Abacaxi | Canjica com Bebida de soja | Sopa de Lentilha, legumes e frango/Mamão | Vitamina de fruta com bebida de soja |
| sábado, 5 de março de 2022 | SÁBADO | | | | |
| domingo, 6 de março de 2022 | DOMINGO | | | | |
| segunda-feira, 7 de março de 2022 | Chá e Pão com creme vegetal | Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de Pepino/Melancia | Chá com Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Sopa de Grão de Bico, batata, cenoura e frango/Laranja | Bebida de Soja/Pão com creme vegetal |
| terça-feira, 8 de março de 2022 | Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Arroz/Feijão/Frango refogado/Abóbora Refogada/Mamão | Chá com Torta de Carne com Bebida de Soja | Sopa de macarrão com carne e legumes/Melão | Banana com Aveia |
| quarta-feira, 9 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/ Feijão/Carne de Panela/ Salada de Alface com Tomate /Laranja | Chá com Bolo de Cenoura | Sopa de Ervilha, legumes e Carne/Maçã | Bebida de Soja/Pão com creme vegetal |
| quinta-feira, 10 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de alface/Banana | Bebida de soja com Cream Cracker 0 lactose | Canja/Melancia | Bebida de soja e pão com creme vegetal |
| sexta-feira, 11 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/Feijão/Frango refogado/Cenoura Refogada/Mamão | Chá com Torta de Frango com bebida de soja | Sopa de feijão branco, legumes e carne/Melão | Vitamina de fruta com bebida de soja |
| sábado, 12 de março de 2022 | SÁBADO | | | | |
| domingo, 13 de março de 2022 | DOMINGO | | | | |
| segunda-feira, 14 de março de 2022 | Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Chuchu Refogado /Melão | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Sopa de ervilha, cenoura, batata e frango/Manga | Chá com Biscoito Cream Cracker 0 lactose |
| terça-feira, 15 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia | Banana com Aveia | Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã | Chá com Torta de Carne com Bebida de Soja |
| quarta-feira, 16 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/Feijão/Carne Moída /Escarola Refogada /Manga | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Sopa de Macarrão com legumes e frango/Mamão | Bebida de Soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose |
| quinta-feira, 17 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/ Feijão/Carne de Panela/ Salada de Alface com Tomate /Laranja | Chá com Torta de Frango com Bebida de Soja | Creme de Abóbora com frango/Melancia | Chá com pão com creme vegetal |
| sexta-feira, 18 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/ Feijão/ Frango / Couve Refogada /Maçã | Banana com Aveia | Sopa de feijão branco, legumes e carne/Melão | Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose |
| sábado, 19 de março de 2022 | SÁBADO | | | | |
| domingo, 20 de março de 2022 | DOMINGO | | | | |
| segunda-feira, 21 de março de 2022 | Chá e Pão com creme vegetal | Arroz/Feijão/Omelete de forno com Espinafre/Salada de Pepino/Abacaxi | Chá com Torta de Frango com leite 0 lactose | Sopa de Macarrão, legumes e frango/ Manga | Vitamina de fruta com bebida de soja |
| terça-feira, 22 de março de 2022 | Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja | Bebida de soja e Biscoito Maisena 0 lactose | Sopa de Lentilha, batata, cenoura, macarrão e carne/Melancia | Chá e Biscoito Cream Cracker 0 lactose |
| quarta-feira, 23 de março de 2022 | Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Repolho /Mamão | Chá e Pão com creme vegetal | Sopa de Feijão, legumes e frango/Melão | Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose |
| quinta-feira, 24 de março de 2022 | Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Arroz/Feijão/Frango refogado /Brócolis Refogado/Melancia | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Canja/Manga | Vitamina de fruta com bebida de soja |
| sexta-feira, 25 de março de 2022 | Bebida de soja e Pão Creme vegetal | Arroz/Feijão/Carne Panela/Abóbora Refogada/Maçã | Chá com Bolo de Laranja | Sopa de feijao, macarrão,cenoura, chuchu e frango/Manga | Vitamina de fruta com bebida de soja |
| sábado, 26 de março de 2022 | SÁBADO | | | | |
| domingo, 27 de março de 2022 | DOMINGO | | | | |
| segunda-feira, 28 de março de 2022 | Bebida de soja e Pão Creme vegetal | Aroz/Feijão/Iscas de Carne /Abobrinha Refogada/Melancia | Bebida de soja com Sucrilhos | Sopa de macarrão, legumes e frango e /Manga | Banana com Aveia |
| terça-feira, 29 de março de 2022 | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia | Banana com Aveia | Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã | Chá com Torta de Carne com Bebida de Soja |
| quarta-feira, 30 de março de 2022 | Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Arroz/ Feijão/Carne Moída/Brócolis Refogado/Laranja | Bebida de soja e pão com creme vegetal | Canja/Melancia | Vitamina de fruta com bebida de soja |
| quinta-feira, 31 de março de 2022 | Bebida de soja e Pão Creme vegetal | Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Mamão | Bebida de soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose | Sopa de ervilha, legumes e carne/Abacaxi | Chá com pão com creme vegetal |

* para alunos da 1ª 2ª e 3ª fases servir leite puro (sem achocolatado e sem açúcar);

*Ceia para alunos que permanecem até as 19h.

NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO


Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 38077