

CARDÁPIO - JANEIRO/2021



Instituto de Integração
Social de Barueri

PREFEITURA DE
BARUERI
CIDADE INTELIGENTE

Maternal Cleide, Evelyn e Ilda 1º e 2º Fases

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30	*Ceia 17h30
sexta-feira, 1 de janeiro de 2021	FERIADO				
sábado, 2 de janeiro de 2021	SÁBADO				
domingo, 3 de janeiro de 2021	DOMINGO				
segunda-feira, 4 de janeiro de 2021	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/ Feijão/Carne Moída com legumes/ Salada de Acelga /Laranja	Leite Puro/ mini pão francês com requeijão	Canja/Abacaxi	Chá com Biscoito Integral
terça-feira, 5 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/ Frango /Brócolis Refogado /Melancia	Chá com Pão de queijo	Sopa de Macarrão, legumes e carne/Melão	Vitamina de Fruta/Biscoito Cream Cracker
quarta-feira, 6 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne desfiada/Cenoura Refogada/Maçã	Chá com Torta de Frango	Sopa de Ervilha, cenoura, batata e frango/Manga	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker
quinta-feira, 7 de janeiro de 2021	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/ Frango em tiras /Beterraba Cozida/Banana	Leite Puro/ Biscoito Integral	Sopa de fubá, couve e carne moída/Manga	Chá com Pão de Queijo
sexta-feira, 8 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne de Moída/Escarola Refogada/Abacaxi	Banana com Aveia	Sopa de Lentilha, legumes e frango/Mamão	Chá com mini pão francês com margarina
sábado, 9 de janeiro de 2021	SÁBADO				
domingo, 10 de janeiro de 2021	DOMINGO				
segunda-feira, 11 de janeiro de 2021	Leite Puro e mini pão francês com requeijão	Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de Pepino/Melancia	Chá com Biscoito Cream Cracker	Sopa de Lentilha, batata, cenoura e frango/Laranja	Banana com Aveia
terça-feira, 12 de janeiro de 2021	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Frango refogado/Abóbora Refogada/Mamão	Leite puro com Pão com requeijão	Sopa de macarrão com carne e legumes/Melão	Chá com Torta de Carne
quarta-feira, 13 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Frango refogado /Salada de Acelga/Laranja	Chá com Biscoito de Polvilho	Sopa de ervilha, macarrão legumes e Carne/Maçã	Leite puro/ Biscoito Integral
quinta-feira, 14 de janeiro de 2021	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, 15 de janeiro de 2021	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	Leite Puro/ Biscoito Cream Cracker
sábado, 16 de janeiro de 2021	SÁBADO				
domingo, 17 de janeiro de 2021	DOMINGO				
segunda-feira, 18 de janeiro de 2021	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Chuchu Refogado /Melão	Leite com mini pão francês com Requeijão	Sopa de ervilha, cenoura, batata e frango/Manga	Banana com Aveia
terça-feira, 19 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abóbora Refogada /Banana	Leite Puro/ Biscoito Integral	Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã	Chá com Torta de Carne
quarta-feira, 20 de janeiro de 2021	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Carne Moída /Escarola Refogada /Manga	Chá com Pão de queijo	Sopa de Batata, abóbora com macarrão e frango/Melancia	Leite Puro/ Biscoito Cream Cracker
quinta-feira, 21 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/ Feijão/Carne Moída/ Salada de Acelga /Laranja	Leite Puro/Cream Cracker	Creme de mandioca com frango/Melancia	Chá com torta de Frango
sexta-feira, 22 de janeiro de 2021	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, 23 de janeiro de 2021	SÁBADO				
domingo, 24 de janeiro de 2021	DOMINGO				
segunda-feira, 25 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão com margarina	Arroz/Feijão/Omelete de forno com legumes/Salada de Pepino/Abacaxi	Chá com Torta de Frango	Sopa de Macarrão, legumes e frango/ Manga	Vitamina de Fruta/Biscoito Cream Cracker
terça-feira, 26 de janeiro de 2021	Chá e mini pão com requeijão	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Espinafre Refogado/Laranja	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker	Sopa de Lentilha, batata, cenoura, macarrão e carne/Melancia	Chá com Torta de Carne
quarta-feira, 27 de janeiro de 2021	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, 28 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/Feijão/Frango refogado /Brócolis Refogado/Melancia	Chá com Biscoito Povilho	Sopa de mandioquinha, cenoura, macarrão e carne/Banana	Vitamina de Frutas/ Biscoito Integral
sexta-feira, 29 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne Moída/Abobrinha Refogada /Laranja	Leite PURO/ Biscoito Cream Cracker	Canja/Manga	Chá com Torta de Frango
sábado, 30 de janeiro de 2021	SÁBADO				
domingo, 31 de janeiro de 2021	DOMINGO				

* para alunos da 1ª e 2ª fase 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

Maternal Cleide, Evelyn e Ilda 3º Fase

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30	*Ceia 17h30
sexta-feira, 1 de janeiro de 2021					
sábado, 2 de janeiro de 2021					
domingo, 3 de janeiro de 2021					
segunda-feira, 4 de janeiro de 2021	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/ Feijão/Carne Moída com legumes/ Salada de Acelga /Laranja	Leite Puro/ mini pão francês com requeijão	Canja/Abacaxi	Chá com Biscoito Integral
terça-feira, 5 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/ Frango /Brócolis Refogado /Melancia	Chá com Pão de queijo	Sopa de Macarrão, legumes e carne/Melão	Vitamina de Fruta/Biscoito Cream Cracker
quarta-feira, 6 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne desfiada/Cenoura Refogada/Maçã	Chá com Torta de Frango	Sopa de Ervilha, cenoura, batata e frango/Manga	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker
quinta-feira, 7 de janeiro de 2021	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/ Frango em tiras /Beterraba Cozida/Banana	Canjica	Sopa de fubá, couve e carne moída/Manga	Chá com Pão de Queijo
sexta-feira, 8 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne de Moída/Escarola Refogada/Abacaxi	Banana com Aveia	Sopa de Lentilha, legumes e frango/Mamão	Chá com mini pão francês com margarina
sábado, 9 de janeiro de 2021					
domingo, 10 de janeiro de 2021					
segunda-feira, 11 de janeiro de 2021	Leite Puro e mini pão francês com requeijão	Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de Pepino/Melancia	Chá com Biscoito Cream Cracker	Sopa de Lentilha, batata, cenoura e frango/Laranja	Banana com Aveia
terça-feira, 12 de janeiro de 2021	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Frango refogado/Abóbora Refogada/Mamão	Leite puro com Pão com requeijão	Sopa de macarrão com carne e legumes/Melão	Chá com Torta de Carne
quarta-feira, 13 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Frango refogado /Salada de Acelga/Laranja	Chá com Bolo de Cenoura	Sopa de ervilha, macarrão legumes e Carne/Maçã	Leite puro/ Biscoito Integral
quinta-feira, 14 de janeiro de 2021	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, 15 de janeiro de 2021	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	Leite Puro/ Biscoito Cream Cracker
sábado, 16 de janeiro de 2021					
domingo, 17 de janeiro de 2021					
segunda-feira, 18 de janeiro de 2021	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Chuchu Refogado /Melão	Leite com mini pão francês com Requeijão	Sopa de ervilha, cenoura, batata e frango/Manga	Banana com Aveia
terça-feira, 19 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abóbora Refogada /Banana	Leite Puro/ Rosquinha de Chocolate	Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã	Chá com Torta de Carne
quarta-feira, 20 de janeiro de 2021	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Carne Moída /Escarola Refogada /Manga	Chá com Pão de queijo	Sopa de Batata, abóbora com macarrão e frango/Melancia	Leite Puro/ Biscoito Cream Cracker
quinta-feira, 21 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/ Feijão/Carne Moída/ Salada de Acelga /Laranja	Leite Puro/Cream Cracker	Creme de mandioca com frango/Melancia	Chá com torta de Frango
sexta-feira, 22 de janeiro de 2021	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, 23 de janeiro de 2021					
domingo, 24 de janeiro de 2021					
segunda-feira, 25 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão com margarina	Arroz/Feijão/Omelete de forno com legumes/Salada de Pepino/Abacaxi	Chá com Torta de Frango	Sopa de Macarrão, legumes e frango/ Manga	Vitamina de Fruta/Biscoito Cream Cracker
terça-feira, 26 de janeiro de 2021	Chá e mini pão com requeijão	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Espinafre Refogado/Laranja	Leite com Sucrilhos	Sopa de Lentilha, batata, cenoura, macarrão e carne/Melancia	Chá com Torta de Carne
quarta-feira, 27 de janeiro de 2021	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, 28 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/Feijão/Frango refogado /Brócolis Refogado/Melancia	Chá com Biscoito Povilho	Sopa de mandioquinha, cenoura, macarrão e carne/Banana	Vitamina de Frutas/ Biscoito Integral
sexta-feira, 29 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne Moída/Abobrinha Refogada /Laranja	Leite PURO/ Biscoito Cream Cracker	Canja/Manga	Chá com Torta de Frango
sábado, 30 de janeiro de 2021					
domingo, 31 de janeiro de 2021					
Alunos da 3ª Fase - Servir leite puro - seguindo o hábito alimentar que os mesmos adquiriram no ano de 2020.					
*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 Cleide, Evelyn e Ilda

1º e 2º Fases - Sem Lactose

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30	*Ceia 17h30
sexta-feira, 1 de janeiro de 2021					
sábado, 2 de janeiro de 2021					
domingo, 3 de janeiro de 2021					
segunda-feira, 4 de janeiro de 2021	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Carne Moída com legumes/ Salada de Acelga /Laranja	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Canja/Abacaxi	Chá com Biscoito Cream Cracker 0 lactose
terça-feira, 5 de janeiro de 2021	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/ Frango /Brócolis Refogado /Melancia	Chá com Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de Macarrão, legumes e carne/Melão	Vitamina de fruta com bebida de soja
quarta-feira, 6 de janeiro de 2021	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne desfiada/Cenoura Refogada/Maçã	Chá com Torta de Frango com leite 0 lactose	Sopa de Ervilha, cenoura, batata e frango/Manga	Bebida Soja/Cream Cracker 0 lactose
quinta-feira, 7 de janeiro de 2021	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/ Frango em tiras /Beterraba Cozida/Banana	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de fubá, couve e carne moída/Manga	Chá com pão com creme vegetal
sexta-feira, 8 de janeiro de 2021	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne de Moída/Escarola Refogada/Abacaxi	Banana com Aveia	Sopa de Lentilha, legumes e frango/Mamão	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose
sábado, 9 de janeiro de 2021					
domingo, 10 de janeiro de 2021					
segunda-feira, 11 de janeiro de 2021	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de Pepino/Melancia	Chá com Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de Lentilha, batata, cenoura e frango/Laranja	Banana com Aveia
terça-feira, 12 de janeiro de 2021	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango refogado/Abóbora Refogada/Mamão	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Sopa de macarrão com carne e legumes/Melão	Chá com Torta de Carne com leite 0 lactose
quarta-feira, 13 de janeiro de 2021	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, macarrão legumes e Carne/Maçã	Bebida de Soja/ Pão com creme vegetal
quinta-feira, 14 de janeiro de 2021	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, 15 de janeiro de 2021	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	Bebida de Soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose
sábado, 16 de janeiro de 2021					
domingo, 17 de janeiro de 2021					
segunda-feira, 18 de janeiro de 2021	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, 19 de janeiro de 2021	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abóbora Refogada /Banana	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã	Bebida de soja e pão com creme vegetal
quarta-feira, 20 de janeiro de 2021	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 Batata, abóbora com macarrão e frango/Melancia	Bebida de Soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quinta-feira, 21 de janeiro de 2021	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Carne Moída/ Salada de Acelga /Laranja	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Creme de mandioca com frango/Melancia	Chá com pão com creme vegetal
sexta-feira, 22 de janeiro de 2021	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, 23 de janeiro de 2021					
domingo, 24 de janeiro de 2021					
segunda-feira, 25 de janeiro de 2021	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Omelete de forno com legumes/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, 26 de janeiro de 2021	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Espinafre Refogado/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, 27 de janeiro de 2021	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, 28 de janeiro de 2021	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango refogado /Brócolis Refogado/Melancia	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Sopa de mandioquinha, cenoura, macarrão e carne/Banana	Vitamina de fruta com bebida de soja
sexta-feira, 29 de janeiro de 2021	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne Moída/Abobrinha Refogada /Laranja	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Canja/Manga	Chá com Torta de Carne com leite 0 lactose
sábado, 30 de janeiro de 2021					
domingo, 31 de janeiro de 2021					

* para alunos da 1ª e 2ª fase 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

Maternal Cleide, Evelyn e Ilda

3ª Fase - Sem Lactose

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30	*Ceia 17h30
sexta-feira, 1 de janeiro de 2021					
sábado, 2 de janeiro de 2021					
domingo, 3 de janeiro de 2021					
segunda-feira, 4 de janeiro de 2021	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/ Feijão/Carne Moída com legumes/ Salada de Acelga /Laranja	Leite Puro/ mini pão francês com requeijão	Canja/Abacaxi	Chá com Biscoito Integral
terça-feira, 5 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/ Frango /Brócolis Refogado /Melancia	Chá com Pão de queijo	Sopa de Macarrão, legumes e carne/Melão	Vitamina de Fruta/Biscoito Cream Cracker
quarta-feira, 6 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne desfiada/Cenoura Refogada/Maçã	Chá com Torta de Frango	Sopa de Ervilha, cenoura, batata e frango/Manga	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker
quinta-feira, 7 de janeiro de 2021	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/ Frango em tiras /Beterraba Cozida/Banana	Canjica	Sopa de fubá, couve e carne moída/Manga	Chá com Pão de Queijo
sexta-feira, 8 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne de Moída/Escarola Refogada/Abacaxi	Banana com Aveia	Sopa de Lentilha, legumes e frango/Mamão	Chá com mini pão francês com margarina
sábado, 9 de janeiro de 2021					
domingo, 10 de janeiro de 2021					
segunda-feira, 11 de janeiro de 2021	Leite Puro e mini pão francês com requeijão	Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de Pepino/Melancia	Chá com Biscoito Cream Cracker	Sopa de Lentilha, batata, cenoura e frango/Laranja	Banana com Aveia
terça-feira, 12 de janeiro de 2021	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Frango refogado/Abóbora Refogada/Mamão	Leite puro com Pão com requeijão	Sopa de macarrão com carne e legumes/Melão	Chá com Torta de Carne
quarta-feira, 13 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Frango refogado /Salada de Acelga/Laranja	Chá com Bolo de Cenoura	Sopa de ervilha, macarrão legumes e Carne/Maçã	Leite puro/ Biscoito Integral
quinta-feira, 14 de janeiro de 2021	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, 15 de janeiro de 2021	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	Leite Puro/ Biscoito Cream Cracker
sábado, 16 de janeiro de 2021					
domingo, 17 de janeiro de 2021					
segunda-feira, 18 de janeiro de 2021	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Chuchu Refogado /Melão	Leite com mini pão francês com Requeijão	Sopa de ervilha, cenoura, batata e frango/Manga	Banana com Aveia
terça-feira, 19 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abóbora Refogada /Banana	Leite Puro/ Rosquinha de Chocolate	Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã	Chá com Torta de Carne
quarta-feira, 20 de janeiro de 2021	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Carne Moída /Escarola Refogada /Manga	Chá com Pão de queijo	Sopa de Batata, abóbora com macarrão e frango/Melancia	Leite Puro/ Biscoito Cream Cracker
quinta-feira, 21 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/ Feijão/Carne Moída/ Salada de Acelga /Laranja	Leite Puro/Cream Cracker	Creme de mandioca com frango/Melancia	Chá com torta de Frango
sexta-feira, 22 de janeiro de 2021	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, 23 de janeiro de 2021					
domingo, 24 de janeiro de 2021					
segunda-feira, 25 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão com margarina	Arroz/Feijão/Omelete de forno com legumes/Salada de Pepino/Abacaxi	Chá com Torta de Frango	Sopa de Macarrão, legumes e frango/ Manga	Vitamina de Fruta/Biscoito Cream Cracker
terça-feira, 26 de janeiro de 2021	Chá e mini pão com requeijão	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Espinafre Refogado/Laranja	Leite com Sucrilhos	Sopa de Lentilha, batata, cenoura, macarrão e carne/Melancia	Chá com Torta de Carne
quarta-feira, 27 de janeiro de 2021	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, 28 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/Feijão/Frango refogado /Brócolis Refogado/Melancia	Chá com Biscoito Povilho	Sopa de mandioquinha, cenoura, macarrão e carne/Banana	Vitamina de Frutas/ Biscoito Integral
sexta-feira, 29 de janeiro de 2021	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne Moída/Abobrinha Refogada /Laranja	Leite PURO/ Biscoito Cream Cracker	Canja/Manga	Chá com Torta de Frango
sábado, 30 de janeiro de 2021					
domingo, 31 de janeiro de 2021					

Alunos da 3ª Fase - Servir leite puro - seguindo o hábito alimentar que os mesmos adquiriram no ano de 2020.

*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