



CARDÁPIO FEVEREIRO/ 2023 – B1

DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar
Segunda-feira 05/02	Melão	Arroz meio a meio Feijão Carioca Omelete com tomate e orégano Escarola refogada com tomate	Abacaxi	Sopa de feijão com legumes e carne
Terça-feira 06/02	Banana	Arroz Feijão Carioca Isclas de carne grelhadas Chuchu refogado Pepino em tirinhas	Maçã	Risotinho de Frango (Arroz cremoso com frango e legumes)
Quarta-feira 07/02	Pera	Arroz meio a meio Feijão Preto Picadinho de legumes Brócolis ao vapor	Mamão	Macarrão colorido com molho de tomate caseiro e legumes
Quinta-feira 08/02	Laranja	Arroz com inhame Feijão Carioca Filé de frango desfiado e marinado com tomate e manjeriçã Berinjela grelhada	Melancia	Arroz com carne moída
Sexta-feira 09/02	Manga	Arroz Feijão Carioca Carne moída com espinafre Cenoura no vapor Tomate cereja cortado ao meio	Banana	Creme de mandioquinha com frango desfiado



DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar
Quarta-feira 14/02	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO
Quinta-feira 15/02	Banana com aveia	Arroz meio a meio Feijão Carioca Carne moída com batata em cubinhos Vagem ao azeite e ervas	Pera	Risotinho de Frango (Arroz cremoso com frango e legumes)
Sexta-feira 16/02	Abacate	Arroz com cenoura Feijão Carioca Filé de pescada branca desfiado Brócolis ao vapor Pepino em tirinhas	Ameixa	Caldo verde saudável (Sopa de batatas, carne e couve manteiga)



DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar
Segunda-feira 19/02	Maçã	Arroz meio a meio Feijão Carioca Isclas de carne grelhadas Vagem no vapor Tomate em tiras	Mamão	Polenta cremosa com frango desfiado
Terça-feira 20/02	Banana	Arroz Feijão Branco Sobrecoxa de Frango ensopada com batatas Escarola refogada com tomate	Manga	Sopa de mandioca com carne desfiada
Quarta-feira 21/02	Melão	Arroz Feijão Carioca Carne moída com milho Chuchu refogado	Banana	Sopa de legumes
Quinta-feira 22/02	Manga	Arroz Feijão rosa (Feijão carioca com beterraba) Omelete com espinafre Cenoura ao azeite e ervas	Maçã	Risotinho de Frango (Arroz cremoso com frango e legumes)
Sexta-feira 23/02	Mamão	Arroz meio a meio Feijão Carioca Frango em cubos refogado Purê de mandioquinha Pepino em tirinhas	Abacate	Creme de abóbora com carne desfiada



DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar
Segunda-feira 26/02	Manga	Arroz meio a meio Feijão Carioca Filé de frango desfiado Berinjela grelhada Beterraba ao vapor	Melancia	Risotinho de carne (arroz cremoso com legumes e carne desfiada)
Terça-feira 27/02	Maçã	Arroz Feijão Carioca Pernil desfiado Couve manteiga refogada com tomate Pepino em tirinhas	Ameixa	Sopa de legumes e macarrão de letrinhas
Quarta-feira 28/02	Pera	Arroz Feijoada (Infantil) Couve-flor ao azeite e ervas	Banana	Risotinho de caipira (arroz cremoso com milho e ovos)
Quinta-feira 29/02	Banana	Arroz Feijão Carioca Frango em cubos refogado Brócolis no vapor Tomate cereja cortado ao meio	Abacaxi	Purê de batatas e carne moída com legumes
Sexta-feira 01/03	Melão	Macarrão à bolonhesa Legumes refogados	Manga	Canja (sopa de legumes, frango e arroz integral)