



CARDÁPIO FEVEREIRO/ 2023 – B2

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 Salada de alface americana com rabanete Ameixa	Abacaxi	Sopa de feijão com legumes e carne
Terça-feira 06/02	Banana	Arroz Feijão Carioca Isclas de carne grelhadas Chuchu refogado Salada de tomate com pepino Melancia	Maçã	Risotinho de Frango (Arroz cremoso com frango e legumes)
Quarta-feira 07/02	Mamão	Arroz meio a meio Feijão Preto Picadinho de legumes Brócolis ao vapor Salada de alface e tomate Manga	Salada de frutas	Macarrão ao sugo com ovos cozidos
Quinta-feira 08/02	Laranja	Arroz com inhame Feijão Carioca Filé de frango marinado com tomate e manjericão Berinjela grelhada Salada de alface e tomate Maçã	Melancia	Arroz com carne moída
Sexta-feira 09/02	Manga	Arroz Feijão Carioca Panqueca com carne moída. Salada de alface americana, cenoura ralada e tomate Abacaxi	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 Brócolis ao azeite e ervas Salada de tomate Melancia	Pera	Risotinho de Frango (Arroz cremoso com frango e legumes)
Sexta-feira 16/02	Abacate	Arroz com cenoura Feijão Carioca Filé de pescada branca empanada Brócolis ao vapor Salada de alface e pepino Maçã	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 Cenoura Saltè Salada de repolho Manga	Mamão	Polenta cremosa com frango desfiado
Terça-feira 20/02	Banana	Arroz Feijão Branco Sobrecoxa de Frango Assada com batatas Escarola refogada Salada de tomate Abacaxi	Manga	Sopa de mandioca com carne desfiada
Quarta-feira 21/02	Melão	Arroz Feijão Carioca Carne moída com milho Chuchu refogado Salada de acelga Laranja	Banana	Torta de legumes e queijo
Quinta-feira 22/02	Manga	Arroz Feijão rosa (Feijão carioca com beterraba) Omelete com espinafre Salada de alface americana com cenoura ralada e pepino Melancia	Maçã	Risotinho de Frango (Arroz cremoso com frango e legumes)
Sexta-feira 23/02	Mamão	Arroz meio a meio Feijão Carioca Frango cozido Purê de mandioquinha Salada de alface Suco de Maracujá	Morango	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 grelhado Berinjela grelhada Salada de alface americana com rabanete Melão	Melancia	Risotinho de carne (arroz cremoso com legumes e carne desfiada)
Terça-feira 27/02	Maçã	Arroz Feijão Carioca Pernil desfiado Couve manteiga refogada Vinagrete Abacaxi	Ameixa	Sopa de legumes e macarrão de letrinhas
Quarta-feira 28/02	Pera	Arroz Feijoada (Infantil) Couve-flor ao azeite e ervas Salada de alface lisa e pepino Laranja	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 Salada de repolho e tomate Melancia	Abacaxi	Escondidinho de batatas e carne moída
Sexta-feira 01/03	Melão	Macarrão à bolonhesa Salada de alface, tomate e cenoura ralada Maçã	Manga	Canja (sopa de legumes, frango e arroz integral)