



CARDÁPIO de MARÇO de 2019- EMEFS- DIURNO

1ª SEMANA

1/3-Sexta-feira Carreteiro de carne em cubos+ Feijão +Batata doce+ Abacaxi

2ª SEMANA

4/3-Segunda-feira **Ponto facultativo**

5/3- Terça-feira **Carnaval**

6/3- Quarta-feira Biscoito caseiro+ Leite com achocolatado

7/3- Quinta-feira Arroz de leite

8/3- Sexta-feira Arroz+ Feijão +Estrogonofe de proteína de soja+Salada de Chuchu+Melão

3ª SEMANA

11/3-Segunda-feira Arroz+ Feijão de cor+ Omelete de forno+ Salada de cenoura+ Maçã

12/3- Terça-feira Pão de forma com doce de frutas+ Leite com achocolatado

13/3- Quarta-feira Arroz integral+ Feijão+ Carne de panela com molho de tomate+ Aipim com farofa+ Banana

14/3- Quinta-feira Pão massinha com maionese caseira de leite+ Café com leite

15/3- Sexta-feira Arroz+ Feijão+ Carne moída com molho de tomate+ Quibebe de moranga

4ª SEMANA

18/3-Segunda-feira Macarrão com sardinha+ Feijão+ Salada de cenoura

19/3- Terça-feira Pão de forma com doce de leite+ Leite com achocolatado

20/3- Quarta-feira Arroz+Feijão+ Estrogonofe de carne em cubos +Salada de repolho+ Banana

21/3- Quinta-feira Cuca +Bebida láctea

22/3- Sexta-feira Carreteiro de carne moída (arroz parbo)+ Feijão+Salada de beterraba+ Caqui

5ª SEMANA

25/3- Segunda-feira Macarrão com sardinha e molho de tomate+ Feijão+ Salada de tomate

26/3- Terça-feira Pão massinha com doce de leite+ Leite com achocolatado

27/3- Quarta-feira Arroz parbo+ Feijão de cor+ Carne moída com molho de tomate +Salada de cenoura+ Abacaxi

28/3- Quinta-feira Pão integral com margarina + Vitamina de banana

29/3-Sexta-feira Arroz+ Feijão+ Carne de panela+ Moranga caramelada+ Maçã

Sábado letivo: Creme de chocolate


Fernanda de Oliveira
Nutricionista
CRN₂ 10434D


Adriana Inhaia Rech
Nutricionista
CRN₂ 7091D