



Cardápio Primeiros Passos - Fevereiro 2021



Os sucos e frutas in natura do cardápio poderão sofrer alteração devido ao grau de maturação;
Alunos com alergia alimentar deverá ser comunicado a escola/ nutricionista responsável.

Refeição	Segunda - feira 22/02	Terça - feira 23/02	Quarta - feira 24/02	Quinta-feira 25/02	Sexta - feira 26/02
Café da Manhã	Biscoito de maisena Suco de fruta da estação Fruta	Pão francês com manteiga Chá Fruta	Pão de queijo caseiro Suco de fruta da estação Fruta	Pão de leite com requeijão Chá Fruta	Bolo de laranja sem açúcar Suco de fruta da estação Fruta
Almoço	Arroz, feijão carioca ovo mexido Mandioquinha refogada Salada: couve manteiga Bebida: Água	Arroz, feijão branco frango assado com batata Salada: mix de folhas Bebida: Água	Arroz, feijão carioca Escondidinho de mandioca com carne moída Salada: cenoura ralada Bebida: Água	Macarrão com molho de tomate Isclas de frango com vagem Salada: Acelga Bebida: Água	Arroz, feijão carioca Carne cozida com inhame bolinho de espinafre Bebida: Água
Lanche da Tarde	Torta de legumes Chá Fruta	Pão de forma com requeijão Suco de fruta da estação Fruta	Cream cracker com manteiga Chá Fruta	Pão francês com manteiga Suco de fruta da estação Fruta	Banana com aveia Chá
Jantar	Idem ao Almoço	Sopa de macarrão colorido, legumes e carne	Idem ao Almoço	Canja de galinha	Idem ao Almoço

Nutrir de A a Z - Nutrição Escolar

Nutricionista Responsável: Daniela Santos da Silva CRN3- 53300

Email:nutrirdeaaz@gmail.com

