

CARDÁPIO SEMANAL EMEI SEMENTINHA ENSINO INFANTIL 3-5 ANOS - MARÇO/2020

REFEIÇÕES/HORARIOS	SEGUNDA FEIRA (02/03)	TERÇA FEIRA (03/03)	QUARTA FEIRA (04/03)	QUINTA FEIRA (05/03)	SEXTA FEIRA (06/03)
CAFÉ DA MANHÃ (06:45 - 07:00)	Leite com achocolatado Pão com Margarina	Iogurte + Bolacha Recheada	Leite com Achocolatado Pão com Requeijão	Rosquinha Doce + Achocolatado	Leite com Achocolatado Pão tipo Bisnaguinha com Margarina
ALMOÇO MANHÃ E TARDE (10:20 - 10:40) E (12:00 - 12:20)	Arroz + Feijão Ovos mexidos Farinha Temperada Salada de Alface Maçã*	Arroz + Feijão Carne Moída Refogada Salada de Tomate e Repolho Suco Bolacha*	Arroz + Feijão Franguinho Assado Creme de Milho Salada de Pepino Fruta Banana*	Arroz + Feijão Carne de Panela com Cenoura e Batata Salada de Tomate Suco Bolacha*	Macarrão com Carne Moída ao Molho Salada de Almeirão Fruta Banana*
LANCHE (14:30 - 14:50)	Leite com achocolatado Pão com Margarina	Iogurte + Bolacha Recheada	Leite com Achocolatado Pão com Requeijão	Rosquinha Doce + Achocolatado	Leite com Achocolatado Pão tipo Bisnaguinha com Margarina

* A fruta será servida no término da aula. Este cardápio está sujeito a alterações. Qualquer modificação deve ser informada a nutricionista responsável.

CARDÁPIO SEMANAL EMEI SEMENTINHA ENSINO INFANTIL 3-5 ANOS - MARÇO/2020

REFEIÇÕES/HORARIOS	SEGUNDA FEIRA (09/03)	TERÇA FEIRA (10/03)	QUARTA FEIRA (11/03)	QUINTA FEIRA (12/03)	SEXTA FEIRA (13/03)
CAFÉ DA MANHÃ (06:45 - 07:00)	Leite com achocolatado Pão com Margarina	Iogurte + Bolacha wafer	Leite com Achocolatado Pão com Requeijão	Rosquinha Doce + Achocolatado	Leite com Achocolatado Bolo Simples de Chocolate com Brigadeiro
ALMOÇO MANHÃ E TARDE (10:20 - 10:40) E (12:00 - 12:20)	Arroz + Feijão Salsicha ao Molho Salada de Almeirão Farinha Temperada Maçã*	Arroz Primavera (cenoura e milho) Feijão Carne de Panela com Batata Doce Salada de Alface + Suco Bolacha*	Arroz + Feijão Carne Moída ao Molho Salada de Pepino e Tomate Fruta Banana*	Arroz + Feijão Fricassê de Frango Batata Palha Salada de Repolho Suco Bolacha*	Macarrão com Carne em Pedaco ao Molho Salada de Alface Fruta Pêra*
LANCHE (14:30 - 14:50)	Leite com achocolatado Pão com Margarina	Iogurte + Bolacha wafer	Leite com Achocolatado Pão com Requeijão	Rosquinha Doce + Achocolatado	Leite com Achocolatado Bolo Simples de Chocolate com Brigadeiro

CARDÁPIO SEMANAL EMEI SEMENTINHA ENSINO INFANTIL 3-5 ANOS - MARÇO/2020

REFEIÇÕES/HORARIOS	SEGUNDA FEIRA (16/03)	TERÇA FEIRA (17/03)	QUARTA FEIRA (18/03)	QUINTA FEIRA (19/03)	SEXTA FEIRA (20/03)
CAFÉ DA MANHÃ (06:45 - 07:00)	Leite com achocolatado Pão com Margarina	Iogurte + Bolacha Recheada	Leite com Achocolatado Pão com Requeijão	Rosquinha Doce + Achocolatado	Leite com achocolatado Pão com Margarina
ALMOÇO MANHÃ E TARDE (10:20 - 10:40) E (12:00 - 12:20)	Arroz + Feijão Ovos mexidos Farinha Temperada Salada de Alface Maçã*	Arroz + Feijão (com beterraba) Carne em Tiras Legumes Refogados Salada de Tomate Suco Bolacha*	Arroz + Feijão Frango ao Molho Salada de Almeirão Fruta Banana*	Arroz + Feijão Carne em cubos com Mandioca e Legumes Salada de Almeirão Suco Bolacha*	Polenta + Arroz Carne Moída ao Molho Salada de Alface Fruta Banana*
LANCHE (14:30 - 14:50)	Leite com achocolatado Pão com Margarina	Iogurte + Bolacha wafer	Leite com Achocolatado Pão com Requeijão	Rosquinha Doce + Achocolatado	Leite com achocolatado Pão com Margarina

* A fruta será servida no término da aula. Este cardápio está sujeito a alterações. Qualquer modificação deve ser informada a nutricionista responsável.

CARDÁPIO SEMANAL EMEI SEMENTINHA ENSINO INFANTIL 3-5 ANOS - MARÇO/2020

REFEIÇÕES/HORARIOS	SEGUNDA FEIRA (23/03)	TERÇA FEIRA (24/03)	QUARTA FEIRA (25/03)	QUINTA FEIRA (26/03)	SEXTA FEIRA (27/03)
CAFÉ DA MANHÃ (06:45 - 07:00)	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Iogurte + Pão de forma com Margarina e Queijo	Leite com Achocolatado Pão com Requeijão	Rosquinha Doce + Achocolatado	Leite com Achocolatado Pão com Doce de Leite
ALMOÇO MANHÃ E TARDE (10:20 - 10:40) E (12:00 - 12:20)	Arroz + Feijão Salsicha ao Molho Salada de Almeirão Farinha Temperada Maçã*	Baião de Dois Farinha Temperada Salada de Tomate e Pepino Suco Bolacha*	Sopa de Macarrão com Caldo de Feijão, Carne e Legumes Fruta Banana*	Arroz + Feijão Escondidinho de Frango Batata Palha Salada de Repolho Suco Bolacha*	Lasanha a Bolonhesa Salada de Alface Gelatina Colorida Pêra*
LANCHE (14:30 - 14:50)	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Iogurte + Pão de forma com Margarina e Queijo	Leite com Achocolatado Pão com Requeijão	Rosquinha Doce + Achocolatado	Leite com Achocolatado Pão com Doce de Leite

CARDÁPIO SEMANAL EMEI SEMENTINHA ENSINO INFANTIL 3-5 ANOS - MARÇO/2020

REFEIÇÕES/HORARIOS	SEGUNDA FEIRA (30/03)	TERÇA FEIRA (31/03)			
CAFÉ DA MANHÃ (06:45 - 07:00)	Leite com achocolatado Pão com Margarina	Iogurte + Rosquinha Doce			
ALMOÇO MANHÃ E TARDE (10:20 - 10:40) E (12:00 - 12:20)	Arroz + Feijão Linguiça Assada Farinha Temperada Salada de Alface Maçã*	Arroz + Feijão Franguinho Grelhado Purê de Batata Salada de Tomate Suco Bolacha*			
LANCHE (14:30 - 14:50)	Leite com achocolatado Pão com Margarina	Iogurte + Rosquinha Doce			

Elaborado por Mariana C. Rizzo – nutricionista CRN3 47485