



ESCOLA RECANTO

CARDÁPIO SEMANAL 02/03/2020 A 06/03/2020

	SEGUNDA 02/03	TERÇA 03/03	QUARTA 04/03	QUINTA 05/03	SEXTA 06/03
CAFÉ DA MANHÃ	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com requeijão	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com margarina	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com requeijão	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com margarina	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com frios
ALMOÇO	Arroz e feijão/ Nuggets/ legumes Salada de alface/ Fruta	Arroz e feijão/ Carne assada/ Macarrão ao molho branco/ Salada de brócolis com tomate/ Fruta	Arroz e feijão/ Omelete de legumes/ Salada repolho/ Fruta	Arroz e feijão/ Carne de panela com batata/ Salada de tomate com pepino/ Fruta	Arroz e feijão/ Filé de frango/ abobora refogada / Salada acelga / Gelatina
CAFÉ DA TARDE	Pão com margarina/ leite	Bolo de chocolate/ suco	Torta de carne/Suco	Bolo de coco/ Suco	Pão com carne louca/ Suco
LANCHE OPCIONAL	Waffer/ suco	Bolacha salgada/ Suco	Bolacha maisena/ Suco	Bolacha salgada/ Suco	Bolacha doce/ Suco

OBS: Cardápio sujeito a mudança de acordo com a época das frutas e legumes, temperaturas dos dias.

Cardápio elaborado pela nutricionista
Danielly Gozzi da Silva
CRN3- 27756



ESCOLA RECANTO

CARDÁPIO SEMANAL 09/03/2020 A 13/03/2020

	SEGUNDA 09/03	TERÇA 10/03	QUARTA 11/03	QUINTA 12/03	SEXTA 13/03
CAFÉ DA MANHÃ	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com requeijão	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com margarina	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com requeijão	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com margarina	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com frios
ALMOÇO	Arroz e feijão/ Carne moída/ Polenta/ Salada de beterraba cozida/ Fruta	Arroz e feijão/ Macarrão ao molho/ Frango assado/ Salada de pepino/ Fruta	Arroz e feijão/ Cubinhos de lombo/ Farofa rica/ Salada de alface/ Fruta	Arroz e feijão/ Frango cozido com legumes/ Salada tomate com milho/ Fruta	Arroz de forno com frios ou linguiça/ Feijão/ Salada de acelga/ Gelatina
CAFÉ DA TARDE	Pão com margarina/ suco	Bolinho recheado/ suco	Torrada com requeijão/ Vitamina	Bolo laranja/ suco	Torta de frango/ suco
LANCHE OPCIONAL	Bolacha waffer/ suco	Bolacha salgada redondinha/ Suco	Bolacha amanteigados de leite/ Suco	Bolacha salgada/ Suco	Rosquinha doce/ Suco

OBS: Cardápio sujeito a mudança de acordo com a época das frutas e legumes, temperaturas dos dias.

Cardápio elaborado pela nutricionista
Danielly Gozzi da Silva
CRN3- 27756



ESCOLA RECANTO

CARDÁPIO SEMANAL 16/03/2020 A 20/03/2020

	SEGUNDA 16/03	TERÇA 17/03	QUARTA 18/03	QUINTA 19/03	SEXTA 20/03
CAFÉ DA MANHÃ	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com requeijão	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com margarina	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com requeijão	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com margarina	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com frios
ALMOÇO	Arroz e feijão/ Carne moída á primavera (cenoura, milho e ervilha)/ Salada de vagem com milho/ Fruta	Arroz e feijão/ Macarrão ao sugo/ Almôndegas/ Salada de maionese/ Fruta	Arroz e feijão/ Frango á passarinho com batata assado/ Salada de alface/ Fruta	Arroz e feijão/ Carne de panela com cenoura/ Salada de repolho/ Fruta	Arroz e feijão/ Filé de frango e purê de mandioquinha/ Salada de pepino/ Gelatina
CAFÉ DA TARDE	Pão na chapa/ Suco	Bolo de coco/ Iogurte de morango	Torta de abobrinha com carne/ Suco	Bolo de chocolate/ Leite	Pão com frios/ suco
LANCHE OPCIONAL	Bolacha doce/ Suco	Bolacha salgada/ Suco	Bolacha doce/ Suco	Bolacha salgada/ Suco	Bolacha doce/ Suco

OBS: Cardápio sujeito a mudança de acordo com a época das frutas e legumes, temperaturas dos dias.

Cardápio elaborado pela nutricionista
Danielly Gozzi da Silva
CRN3- 27756



ESCOLA RECANTO

CARDÁPIO SEMANAL 23/03/2020 A 27/03/2020

	SEGUNDA 23/03	TERÇA 24/03	QUARTA 25/03	QUINTA 26/03	SEXTA 27/03
CAFÉ DA MANHÃ	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com requeijão	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com margarina	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com requeijão	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com margarina	Leite e suco/ Pão de banha ou francês com frios
ALMOÇO	Arroz e feijão/ Hamburguer/ Batata frita/ Salada de pepino com cenoura ralada/ Gelatina	Arroz e feijão/ Carne de panela/ Macarrão alho e óleo/ Salada de pepino/ Fruta	Arroz e feijão/ Frango cozido com legumes/ Salada de acelga/ Fruta	Arroz e feijão/ Iscas de carne/ Abobora/ Salada de alface / Fruta	Arroz e Feijão preto com linguiça calabresa/ Couve refogada/ Salada de tomate/ Fruta
CAFÉ DA TARDE	Pão com patê/ leite	Bolo de laranja/ suco	Torrada de forno/suco	Bolo de abacaxi/ leite	Pastel/ Suco
LANCHE OPCIONAL	Bolacha doce/ Suco	Bolacha salgada/ Suco	Amanteigados de leite/ suco	Bolacha salgada/ suco	Bolacha maisena/ suco

OBS: Cardápio sujeito a mudança de acordo com a época das frutas e legumes, temperaturas dos dias.

Cardápio elaborado pela nutricionista
Danielly Gozzi da Silva
CRN3- 27756