

# PLANEJAMENTO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: lanche manhã CMEI / MARÇO 2020

- Primeiro lanche: pão e leite

(Cardápio sujeito a alterações)

<b>SEGUNDA – FEIRA</b>	<b>TERÇA - FEIRA</b>	<b>QUARTA - FEIRA</b>	<b>QUINTA – FEIRA</b>	<b>SEXTA – FEIRA</b>
<b>02/03</b>	<b>03/03</b>	<b>04/03</b>	<b>05/03</b>	<b>06/03</b>
✓ Arroz, feijão, carne moída. ✓ Salada	✓ Arroz, feijão, mandioca cozida, carne. ✓ Salada	✓ Risoto ✓ Salada	✓ Arroz, feijão, polenta, carne bovina ao molho. ✓ Salada	✓ Arroz, feijão, carne de frango refogada. ✓ Salada
<b>09/03</b>	<b>10/03</b>	<b>11/03</b>	<b>12/03</b>	<b>13/03</b>
✓ Arroz, feijão, bolinho de carne moída assado. ✓ Salada	✓ Arroz, feijão, ovos cozidos. ✓ Salada.	✓ Macarronada ✓ Salada	✓ Arroz, feijão, purê de batata, carne moída. ✓ Salada	✓ Arroz, polenta e carne ao molho. ✓ Salada
<b>16/03</b>	<b>17/03</b>	<b>18/03</b>	<b>19/03</b>	<b>20/03</b>
✓ Arroz, feijão, carne moída. ✓ Salada	✓ Arroz, feijão, mandioca cozida, carne. ✓ Salada	✓ Risoto ✓ Salada	✓ Arroz, feijão, macarrão parafuso, carne de frango refogada. ✓ Salada	✓ Arroz, mandioca e carne molho. ✓ Salada
<b>23/03</b>	<b>24/03</b>	<b>25/03</b>	<b>26/03</b>	<b>27/03</b>
✓ Arroz, feijão, carne moída. ✓ Salada	✓ Arroz, feijão, batata cozida em pedaços, carne. ✓ Salada	✓ Arroz, feijão, ovos cozidos. ✓ Salada.	✓ Arroz carreteiro ✓ Salada	✓ Arroz, feijão, carne suína. ✓ Salada
<b>30/03</b>	<b>31/03</b>			
✓ Arroz, feijão, bolinho de carne moída assado. ✓ Salada	✓ Macarronada ✓ Salada			

- ✓ Usar sal, óleo e açúcar com moderação.

(Cardápio sujeito a alterações)

Nutricionista: Josiane Fiorese CRN 7650