

#### SEGUNDA-FEIRA 13/04

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Feijão preto
- Farofa
- Mix de legumes
- Lentilha refogada
- Coxa e sobrecoxa assada
- Carne moída com batatas
- Tomate
- Alface
- Repolho chinês
- Agrião
- Cenoura cozida
- Almeirão
- Vinagrete
- Suco natural

#### TERÇA-FEIRA 14/04

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Feijão preto
- Banana à milanesa
- Couve refogada
- Linguiça Toscana assada
- Cupim de panela
- Tomate
- Alface
- Beterraba cozida
- Acelga
- Rúcula
- Tabule
- Vinagrete
- Suco natural

#### QUARTA-FEIRA 15/04

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Chuchu salteado
- Brócolis gratinado
- Escondidinho de frango
- Copa lombo grelhada
- Macarrão ao molho pomodoro
- Tomate
- Alface
- Vagem
- Almeirão
- Rabanete
- Chicória
- Vinagrete
- Suco natural

#### QUINTA-FEIRA 16/04

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Cabotiá refogado
- Omelete de forno
- Bife acebolado
- Porco no tacho
- Tomate
- Alface
- Chuchu temperado
- Repolho roxo temperado
- Pepino agri-dóce
- Acelga
- Vinagrete
- Suco natural

#### SEXTA-FEIRA 17/04

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Batata palha
- Legumes assados
- Stroganoff de frango
- Tilápia assada
- Macarrão ao molho pesto
- Tomate
- Alface
- Couve flor
- Agrião
- Rúcula
- Beterraba ralada
- Vinagrete

# CARDÁPIO

MÊS DE ABRIL

Kinder ao 5º ano

13/04 a 17/04

## SEGUNDA-FEIRA

13/04

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Feijão preto
- Mix de legumes
- Lentilha refogada
- Coxa e sobrecoxa assada
- Carne moída com batatas
- Tomate
- Alface
- Repolho chinês
- Agrião
- Cenoura cozida
- Almeirão
- Vinagrete
- Suco natural

## TERÇA-FEIRA

14/04

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Feijão preto
- Banana à milanesa
- Couve refogada
- Linguiça Toscana assada
- Cupim de panela
- Tomate
- Alface
- Beterraba cozida
- Acelga
- Rúcula
- Tabule
- Vinagrete
- Suco natural

## QUARTA-FEIRA

15/04

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Chuchu salteado
- Brócolis gratinado
- Escondidinho de frango
- Copa lombo grelhada
- Macarrão ao molho pomodoro
- Tomate
- Alface
- Vagem
- Almeirão
- Rabanete
- Chicória
- Vinagrete
- Suco natural

## QUINTA-FEIRA

16/04

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Cabotiá refogado
- Omelete de forno
- Bife acebolado
- Porco no tacho
- Tomate
- Alface
- Chuchu temperado
- Repolho roxo temperado
- Pepino agrião
- Acelga
- Vinagrete
- Suco natural

## SEXTA-FEIRA

17/04

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão
- Batata palha
- Legumes assados
- Stroganoff de frango
- Tilápia assada
- Tomate
- Alface
- Couve flor
- Agrião
- Rúcula
- Beterraba ralada
- Vinagrete



# CARDÁPIO PRATO KIDS

MÊS DE ABRIL

1º ao 3º ano Fundamental

20/04 a 24/04

ALMOÇO

## SEGUNDA-FEIRA 13/04

- Arroz branco
- Feijão
- Mix de legumes
  
- Coxa e sobrecoxa assada
  
- Cenoura cozida
- Repolho chinês
  
- Suco natural
- Média de 300g

## TERÇA-FEIRA 14/04

- Arroz branco
- Feijão
- Couve refogada
  
- Cupim de panela
  
- Beterraba cozida
- Acelga
  
- Suco natural
- Média d 300g

## QUARTA-FEIRA 15/04

- Arroz branco
- Feijão
- Macarrão à pomodoro
  
- Copa lombo grelhada
  
- Vagem
- Rabanete
  
- Suco natural
- Média de 300g

## QUINTA-FEIRA 16/04

- Arroz branco
- Feijão
- Omelete de forno
  
- Bife acebolado
  
- Chuchu temperado
- Pepino agriçdoce
  
- Suco natural
- Média de 300g

## SEXTA-FEIRA 17/04

- Arroz branco
- Feijão
- Batata palha
  
- Strogonoff de frango
  
- Agrião
- Beterraba ralada
  
- Suco natural
- Média de 300g

Obs: Não faremos alteração do prato kids