

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO MENSAL: MARÇO 2023 RESTRIÇÃO ALIMENTAR - ALERGIA AO LEITE, FEIJÃO AO LEITE, ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)
CRIANÇAS 1 A 3 ANOS => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)

REFEIÇÃO	27/fev	28/fev	01/mar	02/mar	03/mar
DESJEJUM	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR ARROZ COLORIDO	PAO DE QUEIJO (RECEITA SEM LEITE) CHÁ SEM AÇUCAR ARROZ	PAO (RECEITA SEM LEITE)/GELÉIA SI AÇUCAR SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR ARROZ	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ OVO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR MACARRÃO	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO CHÁ SEM AÇUCAR ARROZ
ALMOÇO	OMELETE SALADA DE ALFACE	QUEBOS AO MOLHO ABERGINHA REFOGADA SALADA DE REPOLHO	BIFE ACEBOLADO ALPIM COZIDO SALADA DE ALFACE	FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE ACELGA	BIFE ACEBOLADO SALADA DE COUVE
LANCHINHO	BANANA	MELANCIA	LARANJA	MELÃO	BANANA
LANCHINHO	POLENTA COM FRANGO AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES	BOL (RECEITA SEM LEITE E SEM AÇUCAR)	SOPA DE LEGUMES	RISOTO
REFEIÇÃO	06/mar	07/mar	08/mar	09/mar	10/mar
DESJEJUM	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR MACARRÃO	PAO DE QUEIJO (RECEITA SEM LEITE) CHÁ SEM AÇUCAR ARROZ	PAO (RECEITA SEM LEITE)/GELÉIA SI AÇUCAR SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR ARROZ INTEGRAL	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ OVO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR ARROZ	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ CARNE MOIDA CHÁ SEM AÇUCAR ARROZ
ALMOÇO	OVO COZIDO COUVE REFOGADA SALADA DE TOMATE	FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FRANGO REFOGADO ACELGA REFOGADA	CARNE MOIDA AO MOLHO BATATA SAUTE ESPINAFRE REFOGADO	FRANGO REFOGADO CHUCHU REFOGADO SALADA DE ALFACE
LANCHINHO	MAÇÃ	MAMÃO	LARANJA	CANJA	BANANA
LANCHINHO	SOPA DE LEGUMES C/ FRANGO	PURE DE BATATA (RECEITA SEM LEITE) COM CARNE MOIDA	SOPA DE LEGUMES C/ CARNE	CANJA	QUIRERA C/ CARNE E LEGUMES
REFEIÇÃO	13/mar	14/mar	15/mar	16/mar	17/mar
DESJEJUM	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR ARROZ	PAO DE QUEIJO (RECEITA SEM LEITE) CHÁ SEM AÇUCAR ARROZ INTEGRAL	PAO (RECEITA SEM LEITE)/GELÉIA SI AÇUCAR SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR ARROZ	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ OVO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR ARROZ	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO CHÁ SEM AÇUCAR MACARRÃO
ALMOÇO	OMELETE C/ ESPINAFRE SALADA DE TOMATE	BIFE ACEBOLADO CENOURA REFOGADA SALADA DE ALFACE	CUBOS AO MOLHO REPOLHO REFOGADO	FRANGO ASSADO FAROFÁ DE ESPINAFRE SALADA DE PEPINO	ISCAS AO MOLHO COUVE REFOGADA SALADA DE VAGEM
LANCHINHO	BANANA	MAMÃO	MANGA	LARANJA	MAÇÃ
LANCHINHO	CANJA	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	RISOTO	SOPA DE LEGUMES	SOPA DE MANDIOCA CREMOSA
REFEIÇÃO	20/mar	21/mar	22/mar	23/mar	24/mar
DESJEJUM	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR ARROZ	PAO DE QUEIJO (RECEITA SEM LEITE) CHÁ SEM AÇUCAR ARROZ	PAO (RECEITA SEM LEITE)/GELÉIA SI AÇUCAR SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR ARROZ	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ OVO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR MACARRÃO	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO CHÁ SEM AÇUCAR RISOTO
ALMOÇO	OVO COZIDO SALADA DE BETERRABA	ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BRÓCOLIS	CARNE COZIDA AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE ALFACE	SALADA DE COUVE FLOR
LANCHINHO	MELÃO	POLENTA AO MOLHO	LARANJA	MAMÃO	MELANCIA
LANCHINHO	SOPA DE LEGUMES	POLENTA AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ CARNE	PURE DE BATATA (RECEITA SEM LEITE) COM FRANGO MOIDO	SOPA DE LEGUMES C/ MUSCULO
REFEIÇÃO	27/mar	28/mar	29/mar	30/mar	31/mar
DESJEJUM	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR ARROZ	PAO DE QUEIJO (RECEITA SEM LEITE) CHÁ SEM AÇUCAR ARROZ	PAO (RECEITA SEM LEITE)/GELÉIA SI AÇUCAR SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR ARROZ	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ OVO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR FRANGO AO MOLHO	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO CHÁ SEM AÇUCAR ARROZ INTEGRAL
ALMOÇO	OMELETE DE FORNO SALADA DE ALFACE	CARNE MOIDA REFOGADA FAROFÁ DE LEGUMES SALADA DE COUVE FLOR	BIFE ACEBOLADO SALADA DE CENOURA BATATA DOCE COZIDA	ABORRINHA REFOGADA SALADA DE BETERRABA	POSTA ASSADA AO MOLHO BRÓCOLIS REFOGADO SALADA DE TOMATE
LANCHINHO	MAÇÃ	BANANA	MELÃO	MANGA	MAMÃO
LANCHINHO	SOPA DE CARNE C/ LEGUMES	QUIRERA C/ FRANGO AO MOLHO	CANJA	SOPA DE MANDIOCA CREMOSA C/ MUSCULO	MACARRÃO C/ CARNE AO MOLHO

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR

Alinne Souza de Godoi
 Nutricionista

Chefe Dep. De Merenda Escolar
 Decreto 7938/2021

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO MARÇO 2023
RESTRIÇÃO ALIMENTAR ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE - NÃO PODE TER LEITE NEM DERIVADOS NA ALIMENTAÇÃO - ALUNA CELINA HNEIDA RIBINSKI
 PARA AS PREPARAÇÕES NÃO FICAREM SECAS, SEMPRE QUE NECESSÁRIO AGREGENTAR MAIS CALDO DE FEIJÃO. TODAS AS CARNES DEVEM SER MUITO BEM COZIDAS, AMASSADAS E DESFIADAS!
8 A 11 MESES => HORÁRIOS: DESJEJUM (8h), ALMOÇO (11h), LANCHE 1 (13h30) E LANCHE 2 (15h30)


REFEIÇÃO	27/fev	28/fev	01/mar	02/mar	03/mar
DESJEJUM	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*
ALMOÇO	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO OMELETE SOMENTE AS GEMAS ACELGA REFOGADA	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO CUBOS COZIDOS E DESFIADO ABOBRIHA REFOGADA SUICO DE MELANÇÁ	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO BIFE COZIDO, DESFIADO AO MOLHO ALPIMI COZIDO AMASSADO SUICO DE LARANJA LIMA	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO REFOGADO DESFIADO ACELGA REFOGADA SUICO DE LARANJA LIMA	MACARRÃO PAPA E CALDINHO FEIJÃO FRANGO REFOGADO DESFIADO CENOURA COZIDA AMASSADA ACELGA REFOGADA SUICO DE MELÃO
LANCHINHO	BANANA PRATA AMASSADA ALEITAMENTO MATERNO*	ALEITAMENTO MATERNO*	ALEITAMENTO MATERNO*	ALEITAMENTO MATERNO*	ALEITAMENTO MATERNO*
LANCHE	POLENITA COM FRANGO AO MOLHO 06/mar	SOPA DE FEIJÃO 07/mar	SOPA DE LEGUMES 08/mar	PURE DE BATATA (SEM LEITE) C/ CARNE AO MOLHO 09/mar	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*
REFEIÇÃO	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*
DESJEJUM	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO OVO COZIDO (SOMENTE AS GEMAS) REPOLHO REFOGADO AO MOLHO DE TOMATE SUICO DE LARANJA LIMA	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO CARNÊ BEM COZIDA E DESFIADA BETERRABA COZIDA AMASSADA MAMÃO AMASSADO	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO REFOGADO DESFIADO ACELGA REFOGADA SUICO DE LARANJA LIMA	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO REFOGADO DESFIADO BATAIA COZIDA AMASSADA CREME DE ESPINAFRE	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO REFOGADO DESFIADO CHICHU REFOGADO AMASSADO
ALMOÇO	FEIJÃO AMASSADINHO OMELETE (SOMENTE AS GEMAS) ESPINAFRE REFOGADO COM TOMATE	FEIJÃO AMASSADINHO CARNÊ BEM COZIDA E DESFIADA CENOURA REFOGADA AMASSADA	FEIJÃO AMASSADINHO CUBOS AO MOLHO (DESFIADO) REPOLHO REFOGADO AO MOLHO DE TOMATE PURE DE MANJÁ	FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO ASSADO DESFIADO ABOBRIHA REFOGADA SUICO DE LARANJA LIMA	FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO ASSADO DESFIADO ABOBRIHA REFOGADA CREME DE COUVE COM CENOURA
LANCHINHO	BANANA PRATA AMASSADA ALEITAMENTO MATERNO*	MAMÃO AMASSADO ALEITAMENTO MATERNO*	ALEITAMENTO MATERNO*	ALEITAMENTO MATERNO*	MAÇÃ RASPADA ALEITAMENTO MATERNO*
LANCHE	SOPA DE LEGUMES COM FRANGO 13/mar	PURE DE BATATA (SEM LEITE) AO MOLHO 14/mar	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE DESFIADA 15/mar	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE DESFIADA 16/mar	SOPA DE LEGUMES 17/mar
REFEIÇÃO	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*
DESJEJUM	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO OMELETE (SOMENTE AS GEMAS) ESPINAFRE REFOGADO COM TOMATE	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO CARNÊ BEM COZIDA E DESFIADA CENOURA REFOGADA AMASSADA	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO CUBOS AO MOLHO (DESFIADO) REPOLHO REFOGADO AO MOLHO DE TOMATE PURE DE MANJÁ	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO ASSADO DESFIADO ABOBRIHA REFOGADA SUICO DE LARANJA LIMA	MACARRÃO PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO ASSADO DESFIADO ABOBRIHA REFOGADA SUICO DE LARANJA LIMA
ALMOÇO	FEIJÃO AMASSADINHO OVO COZIDO (SOMENTE AS GEMAS) BETERRABA COZIDA E AMASSADA	FEIJÃO AMASSADINHO ISCAS COZIDAS (DESFIADAS) BATAIA ASSADA C/ OREGANO AMASSADA REPOLHO REFOGADO SUICO DE MANJÁ	FEIJÃO AMASSADINHO PEITO DE FRANGO REFOGADO BROCOLIS REFOGADO E AMASSADO SUICO DE LARANJA LIMA	FEIJÃO AMASSADINHO MUSCULO DESFIADO AO MOLHO CHICHU REFOGADO AMASSADO MAMÃO AMASSADO	RISOTO (CARNE BEM DESFIADA) COM MOLHO DE TOMATE CALDINHO DE FEIJÃO COUVE FLOR COZIDA AMASSADA SUICO DE MELANÇÁ
LANCHINHO	PURE DE MAÇÃ C/ MELÃO ALEITAMENTO MATERNO*	ALEITAMENTO MATERNO*	ALEITAMENTO MATERNO*	ALEITAMENTO MATERNO*	ALEITAMENTO MATERNO*
LANCHE	SOPA DE LEGUMES 27/mar	POLENITA AO MOLHO 28/mar	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE DESFIADA 29/mar	PURE DE BATATA (SEM LEITE) COM FRANGO (DESFIADO) AO MOLHO 30/mar	SOPA DE LEGUMES C/ CARNE DESFIADA 31/mar
REFEIÇÃO	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*	PAO (RECEITA SEM LEITE) ALEITAMENTO MATERNO*
DESJEJUM	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO OMELETE (SOMENTE AS GEMAS) PURE DE LEGUMES	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO CARNÊ MOIDA REFOGADA (AMASSADA) COUVE FLOR COZIDA AMASSADA	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO CARNÊ COZIDA E DESFIADA AO MOLHO CHICHU REFOGADO C/ CENOURA AMASSADOS	FRANGO(DESFIADO)AO MOLHO ABOBRIHA REFOGADA AMASSADA BETERRABA AMASSADA PURE DE MANJÁ	POSTA ASSADA DESFIADA AO MOLHO BROCOLIS REFOGADO AMASSADO MAMÃO AMASSADO
ALMOÇO	MAÇÃ RASPADA ALEITAMENTO MATERNO*	BANANA PRATA AMASSADA ALEITAMENTO MATERNO*	PURE DE MELÃO COM MAÇÃ ALEITAMENTO MATERNO*	PURE DE MELÃO COM MAÇÃ ALEITAMENTO MATERNO*	MAMÃO AMASSADO ALEITAMENTO MATERNO*
LANCHINHO	SOPA DE CARNE C/ LEGUMES LANCHE	BANANA PRATA AMASSADA ALEITAMENTO MATERNO*	PURE DE MELÃO COM MAÇÃ ALEITAMENTO MATERNO*	SOPA DE MANDIOCA CREMOSA C/ MUSCULO	MACARRÃO C/ CARNE COZIDA DESFIADA AO MOLHO

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR
 NO LANCHINHO NOS DIAS QUE A MÃE NÃO FOR AMAMENTAR NESSE HORÁRIO, PODE OFERTAR PAPINHAS DE FRUTAS PARA A ALUNA
 * A MÃE TEM ORIENTAÇÃO DE EXCLUSÃO DE ALIMENTOS COM PROTEÍNA DO LEITE NA DIETA.


 Aline Souza de Godoi
 Nutricionista
 Chefe Dep. De Merenda Escolar
 Decreto 7938/2021

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 CARDÁPIO MENSAL: MARÇO 2023
 RESTRIÇÃO ALIMENTAR - ALERGIA AO OVO - NÃO AGRESSENTAR OVO NEM MACARRÃO EM NENHUMA PREPARAÇÃO.
 CRIANÇAS 1 A 3 ANOS => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)

REFEIÇÃO	27fev	PAO (RECEITA SEM OVO)/ REQUEIJAO	28fev	PAO (RECEITA SEM OVO)/ QUEIJO	07mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ GELEIA SI/ ACUCAR	08mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ FRANGO DESFADO	09mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ FRANGO DESFADO	10mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ CARNIE MOIDA	11mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ FRANGO DESFADO
DESJEJUM	VITAMINA DE FRUTAS SEM AÇUCAR ARROZ COLORIDO	CHÁ SEM AÇUCAR	ARROZ FEIJAO ABOBRI-NHA REFOGADA SALADA DE REPOLHO MELANGIA	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJAO BIFE ACEBOLADO ALPM COZIDO SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJAO FRANGO REFOGADO ACELGA REFOGADA	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO BATATA SAUTE ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE FRUTAS	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO BATATA SAUTE ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE FRUTAS	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO BATATA SAUTE ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE FRUTAS	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO BATATA SAUTE ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE FRUTAS	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO BATATA SAUTE ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE FRUTAS	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO BATATA SAUTE ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE FRUTAS	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO BATATA SAUTE ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE FRUTAS	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO BATATA SAUTE ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE FRUTAS
ALMOÇO	CARNIE MOIDA REFOGADA SALADA DE ALFACE	FILET DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILET DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILET DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILET DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILET DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILET DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILET DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILET DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILET DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILET DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILET DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILET DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILET DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA
LANCHINHO	BANANA	SOPA DE LEGUMES C/ FRANGO AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ FRANGO AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ FRANGO AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ FRANGO AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ FRANGO AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ FRANGO AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ FRANGO AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ FRANGO AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ FRANGO AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ FRANGO AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ FRANGO AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ FRANGO AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ FRANGO AO MOLHO
LANCHE	MACA	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO
REFEIÇÃO	06mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ GELEIA SI/ ACUCAR	07mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ QUEIJO	08mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ FRANGO DESFADO	09mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ FRANGO DESFADO	10mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ FRANGO DESFADO	11mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ FRANGO DESFADO	12mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ FRANGO DESFADO
DESJEJUM	VITAMINA DE ABAÇATE COM CACAU	CHÁ SEM AÇUCAR	ARROZ FEIJAO ABOBRI-NHA REFOGADA SALADA DE REPOLHO MELANGIA	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJAO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE ALFACE
ALMOÇO	BIFE GRELHADO COUVE REFOGADA SALADA DE TOMATE	FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA
LANCHINHO	MACA	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO	MAMAO
LANCHE	CAJUA	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	SOPA DE CARNE COM LEGUMES
REFEIÇÃO	20mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ FRANGO DESFADO	21mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ FRANGO DESFADO	22mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ FRANGO DESFADO	23mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ FRANGO DESFADO	24mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ FRANGO DESFADO	25mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ FRANGO DESFADO	26mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ FRANGO DESFADO
DESJEJUM	VITAMINA DE FRUTAS SEM AÇUCAR	CHÁ SEM AÇUCAR	ARROZ FEIJAO ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJAO ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJAO ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJAO ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJAO ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJAO ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJAO ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJAO ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJAO ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJAO ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJAO ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJAO ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO
ALMOÇO	CARNIE MOIDA REFOGADA SALADA DE BETERRABA	ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO
LANCHINHO	MELAO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO
LANCHE	SOPA DE LEGUMES	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO	POLENTA AO MOLHO
REFEIÇÃO	27mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ C/ REQUEIJAO	28mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ C/ REQUEIJAO	29mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ C/ REQUEIJAO	30mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ C/ REQUEIJAO	31mar	PAO (RECEITA SEM OVO)/ C/ REQUEIJAO	01abr	PAO (RECEITA SEM OVO)/ C/ REQUEIJAO	02abr	PAO (RECEITA SEM OVO)/ C/ REQUEIJAO
DESJEJUM	CHÁ SEM AÇUCAR	TORTA SALGADA (RECEITA SEM OVO) E CARNE	TORTA SALGADA (RECEITA SEM OVO) E CARNE	TORTA SALGADA (RECEITA SEM OVO) E CARNE	TORTA SALGADA (RECEITA SEM OVO) E CARNE	TORTA SALGADA (RECEITA SEM OVO) E CARNE	TORTA SALGADA (RECEITA SEM OVO) E CARNE	TORTA SALGADA (RECEITA SEM OVO) E CARNE	TORTA SALGADA (RECEITA SEM OVO) E CARNE	TORTA SALGADA (RECEITA SEM OVO) E CARNE	TORTA SALGADA (RECEITA SEM OVO) E CARNE	TORTA SALGADA (RECEITA SEM OVO) E CARNE	TORTA SALGADA (RECEITA SEM OVO) E CARNE	TORTA SALGADA (RECEITA SEM OVO) E CARNE
ALMOÇO	PEITO DE FRANGO REFOGADO SALADA DE ALFACE	CARNIE MOIDA REFOGADA SALADA DE ALFACE	CARNIE MOIDA REFOGADA SALADA DE ALFACE	CARNIE MOIDA REFOGADA SALADA DE ALFACE	CARNIE MOIDA REFOGADA SALADA DE ALFACE	CARNIE MOIDA REFOGADA SALADA DE ALFACE	CARNIE MOIDA REFOGADA SALADA DE ALFACE	CARNIE MOIDA REFOGADA SALADA DE ALFACE	CARNIE MOIDA REFOGADA SALADA DE ALFACE	CARNIE MOIDA REFOGADA SALADA DE ALFACE	CARNIE MOIDA REFOGADA SALADA DE ALFACE	CARNIE MOIDA REFOGADA SALADA DE ALFACE	CARNIE MOIDA REFOGADA SALADA DE ALFACE	CARNIE MOIDA REFOGADA SALADA DE ALFACE
LANCHINHO	MACA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA
LANCHE	SOPA DE CARNE C/ LEGUMES	QUIRERA C/ FRANGO AO MOLHO	QUIRERA C/ FRANGO AO MOLHO	QUIRERA C/ FRANGO AO MOLHO	QUIRERA C/ FRANGO AO MOLHO	QUIRERA C/ FRANGO AO MOLHO	QUIRERA C/ FRANGO AO MOLHO	QUIRERA C/ FRANGO AO MOLHO	QUIRERA C/ FRANGO AO MOLHO	QUIRERA C/ FRANGO AO MOLHO	QUIRERA C/ FRANGO AO MOLHO	QUIRERA C/ FRANGO AO MOLHO	QUIRERA C/ FRANGO AO MOLHO	QUIRERA C/ FRANGO AO MOLHO


Ailme Souza de Godoy
 Nutricionista
 Chefe Dep. De Merenda Escolar
 Decreto 7938/2021

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO MENSAL: MARÇO 2023 - RESTRIÇÃO ALIMENTAR - ALERGIA AO LEITE
CRIANÇAS 1 A 3 ANOS => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)

REFEIÇÃO	27/fev	28/fev	01/mar	02/mar	03/mar
DESJEJUM	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR	PAO DE QUEIJO (RECEITA SEM LEITE) CHÁ SEM AÇUCAR	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ GELIA S/ AÇUCAR SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ OVO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO CHÁ SEM AÇUCAR
ALMOÇO	ARROZ COLORIDO FEIJO OMELETE SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJO QUEIJOS AO MOLHO ABORRHINHA REFOGADA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJO BIFE ACEBOLADO ALPIM COZIDO SALADA DE ALFACE	MACARRAO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE ACELGA	ARROZ FEIJO BIFE ACEBOLADO SALADA DE COUVE
LANCHINHO	BANANA	MELANCIA	LARANJA	MELAO	BANANA
LANCHE	POLENTA COM FRANGO AO MOLHO	SOPA DE FEIJO	BOLA (RECEITA SEM LEITE E SEM AÇUCAR)	SOPA DE LEGUMES	RISOTO
REFEIÇÃO	06/mar	07/mar	08/mar	09/mar	10/mar
DESJEJUM	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR	PAO DE QUEIJO (RECEITA SEM LEITE) CHÁ SEM AÇUCAR	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ GELIA S/ AÇUCAR SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ OVO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ CARNE MOIDA CHÁ SEM AÇUCAR
ALMOÇO	MACARRAO OVO COZIDO COUVE REFOGADA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJO FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	ARROZ INTEGRAL FEIJO FRANGO REFOGADO ACELGA REFOGADA	ARROZ FEIJO CARNIE MOIDA AO MOLHO BATATA SAUTE ESPINAFRE REFOGADO	ARROZ FEIJO FRANGO REFOGADO CHUCHU REFOGADO SALADA DE ALFACE
LANCHINHO	MAÇA	MAMAO	LARANJA	CANJA	BANANA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES C/ FRANGO	PURE DE BATATA REFOGADA S/ SEM LEITE COM CARNE MOIDA	SOPA DE FEIJO C/ CARNE	SALADA DE FRUTAS	QUIREIRA C/ CARNE E LEGUMES
REFEIÇÃO	13/mar	14/mar	15/mar	16/mar	17/mar
DESJEJUM	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR	PAO DE QUEIJO (RECEITA SEM LEITE) CHÁ SEM AÇUCAR	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ GELIA S/ AÇUCAR SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ OVO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO CHÁ SEM AÇUCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJO OMELETE C/ ESPINAFRE SALADA DE TOMATE	ARROZ INTEGRAL FEIJO BIFE ACEBOLADO CENOURA REFOGADA SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJO CUBOS AO MOLHO REPOLHO REFOGADO	ARROZ FEIJO FRANGO ASSADO FAROFA DE ESPINAFRE SALADA DE PEPINO	MACARRAO ISCAS AO MOLHO COUVE REFOGADA SALADA DE VAAGEM
LANCHINHO	BANANA	MAMAO	MANGA	LARANJA	MAÇA
LANCHE	CANJA	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	RISOTO	SOPA DE FEIJO C/ LEGUMES	SOPA DE MANDIOCA CREMOSA
REFEIÇÃO	20/mar	21/mar	22/mar	23/mar	24/mar
DESJEJUM	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR	PAO DE QUEIJO (RECEITA SEM LEITE) CHÁ SEM AÇUCAR	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ GELIA S/ AÇUCAR SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ OVO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO CHÁ SEM AÇUCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJO OVO COZIDO SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJO ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJO FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BRÓCCOLIS	MACARRAO CARNIE COZIDA AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE ALFACE	RISOTO SALADA DE COUVE FLOR
LANCHINHO	MELAO	MANGA	LARANJA	MAMAO	MELANCIA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES	POLENTA AO MOLHO	SOPA DE FEIJO C/ CARNE	PURE DE BATATA (RECEITA SEM LEITE) COM FRANGO MOIDO	SOPA DE LEGUMES C/ MUSCULO
REFEIÇÃO	27/mar	28/mar	29/mar	30/mar	31/mar
DESJEJUM	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR	PAO DE QUEIJO (RECEITA SEM LEITE) CHÁ SEM AÇUCAR	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ GELIA S/ AÇUCAR SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ OVO SUCO DE FRUTAS SEM AÇUCAR	PAO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO CHÁ SEM AÇUCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJO OMELETE DE FORNO SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJO CARNIE MOIDA REFOGADA FAROFA DE LEGUMES SALADA DE COUVE FLOR	ARROZ BIFE ACEBOLADO SALADA DE CENOURA BATATA DOCE COZIDA	PURE DE BATATA (receita sem leite) FRANGO AO MOLHO ABORRHINHA REFOGADA SALADA DE BETERRABA	ARROZ INTEGRAL FEIJO POSTA ASSADA AO MOLHO BRÓCCOLO REFOGADO SALADA DE TOMATE
LANCHINHO	MAÇA	BANANA	MELAO	MANGA	MAMAO
LANCHE	SOPA DE CARNE C/ LEGUMES	QUIREIRA C/ FRANGO AO MOLHO	CANJA	SOPA DE MANDIOCA CREMOSA C/ MUSCULO	MACARRAO C/ CARNE AO MOLHO

OS VEGETAIS PODERAO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR


Ailene Souza de Godoi

Nutricionista
Chefe Dep. De Merenda Escolar
 Decreto 7938/2021