

## CARDÁPIO ESCOLA DA TURMA - MG, G1, G2, G3, G4

|                        | <b>SEGUNDA</b><br><b>03/02/20</b>   | <b>TERÇA</b><br><b>04/02/20</b>   | <b>QUARTA</b><br><b>05/02/20</b>   | <b>QUINTA</b><br><b>06/02/20</b>  | <b>SEXTA</b><br><b>07/02/20</b>   |
|------------------------|---|---|--|---|---|
| <b>LANCHE DA MANHÃ</b> | Maça<br>Suco de beterraba e laranja   | Mamão<br>Suco de Laranja  | Pêra<br>Suco de Maracujá   | Maça<br>Suco de Abacaxi   | Melão<br>Suco de Laranja com Mamão  |
| <b>ALMOÇO</b>          | Arroz/Feijão<br>Isca de Carne cozida<br>Polenta Cremosa<br><br>Salada Brócolis<br>Suco de Uva<br>Banana | Arroz/Lentilha<br>Frango Assado com Laranja e Batata Doce<br><br>Salada de Tomate c/ Pepino<br>Suco de Manga<br>Abacaxi | Arroz/Feijão<br>Moqueca de peixe<br>Pirão<br>Salada de alface<br>Suco de Acerola<br>Salada de Frutas | Macarrão a bolonhesa<br><br>Salada de Legumes<br><br>Suco de limão<br>Manga | Arroz/Feijão<br>Fricassê de frango<br>Brócolis refogado<br>Salada de Agrião<br>Suco de Maracujá<br>Gelatina |
| <b>LANCHE</b>          | Mamadeira (MG) ou Vitamina ou Suco<br>Bisnaguinha com requeijão<br>Manga                                | Mamadeira (MG) ou Vitamina ou Suco<br>Banana com aveia e mel  | Mamadeira (MG) ou Vitamina ou Suco<br>Pão na Chapa<br>Maça   | Mamadeira (MG) ou Vitamina ou Suco<br>Pão de queijo<br>Melancia             | Mamadeira (MG) ou Vitamina ou Suco<br>Crepioça c banana e mel   |
| <b>JANTAR</b>          | Arroz/Feijão<br>Frango com batata<br><br>Acelga refogada<br>Salada de Alface<br>Mamão<br>Suco de limão  | Arroz / Lentilha<br>Carne Acebolada<br><br>Bolinho de Espinafre<br>Salada de Almeirão<br>Pêra<br>Suco de Caju           | Arroz/Feijão<br>Ovos Mexidos<br><br>Cenoura Cozida<br>Salada de Rúcula<br>Melão<br>Suco de laranja   | Macarrão alho e óleo<br>Salada de tomate<br><br>Pera<br>Suco de Acerola     | Arroz / Feijão<br>Carne Moída<br><br>Abobrinha Refogada<br>Salada de Acelga<br>Gelatina<br>Suco de Manga    |

## CARDÁPIO ESCOLA DA TURMA - MG, G1, G2, G3, G4

|                        | SEGUNDA<br>10/02/20  | TERÇA<br>11/02/20  | QUARTA<br>12/02/20   | QUINTA<br>13/02/20   | SEXTA<br>14/02/20   |
|------------------------|--|--|--|--|---|
| <b>LANCHE DA MANHÃ</b> | Banana<br>Suco de Maracujá   | Melão<br>Suco de Laranja   | Manga<br>Suco de Limão   | Pera<br>Suco de Manga  | Banana<br>Suco de Laranja com cenoura   |
| <b>ALMOÇO</b>          | Arroz/Feijão<br>Carne de panela<br>Purê Bicolor<br>( abóbora e batata)<br>Salada de Alface<br>Suco de Laranja<br>Manga | Arroz/Feijão<br>Frango a parmegiana<br>Brócolis<br>Salada de Tomate<br>Suco de Manga<br>Melância | Arroz/Feijoadinha Light<br>Farofa<br>Couve Refogada<br>Salada de Almeirão<br>Suco de Laranja com Cenoura<br>Maça | Penne à Parisiense<br>Salada de Legumes<br>Suco de Limão<br>Uva  | Arroz/Feijão<br>Frango Desfiado com milho<br>Quiabo refogado<br>Salada de Rúcula<br>Suco de Abacaxi<br>Mousse |
| <b>LANCHE DA TARDE</b> | Mamadeira (MG) ou Achocolatado<br>Pão de batata<br>Maça  | Mamadeira (MG) ou iogurte<br>Misto Quente<br>Pera  | Mamadeira (MG) ou Vitamina ou Suco<br>Espiga de milho<br>Banana  | Mamadeira (MG) ou Vitamina ou Suco<br>Bolo de Laranja<br>Abacaxi | Mamadeira (MG) ou Vitamina ou Suco<br>Bisnaguinha c/ peito de peru e queijo<br>Maça                           |
| <b>JANTAR</b>          | Arroz/Feijão<br>Filé de Frango grelhado<br>Abobora Refogada<br>Salada de Couve<br>Uva<br>Suco de Morango               | Arroz/Feijão<br>Carne Moída com batatas<br>Salada de Acelga<br>Maça<br>Suco de Abacaxi           | Arroz/Feijão<br>Torta de Frango<br>Salada de Cenoura<br>Pera<br>Suco de melancia                                 | Macarrão ao Sugo<br>Salada Verde<br>Mamão<br>Suco de Acerola     | Arroz/Feijão<br>Carne Desfiado com Vagem<br>Salada de Alface<br>Manga<br>Suco de Limão                        |



## CARDÁPIO ESCOLA DA TURMA - MG, G1, G2, G3, G4

|                        | SEGUNDA<br>17/02/20   | TERÇA<br>18/02/20   | QUARTA<br>19/02/20  | QUINTA<br>20/02/20   | SEXTA<br>21/02/20   |
|------------------------|---|---|---|--|---|
| <b>LANCHE DA MANHÃ</b> | Banana<br>Suco Laranja  | Mamão<br>Suco Cajú  | Maça<br>suco uva  | Melão<br>Suco de Acerola   | Banana<br>Suco de Laranja   |
| <b>ALMOÇO</b>          | Bolo de Carne Moída<br>Brócolis alho e Óleo<br><br>Arroz/Feijão<br>Salada de alface/tomate<br>Suco Maracuja<br>Melancia | Bife de panela<br>Purê de batatas<br><br>Arroz/Feijão<br>Salada de Acelga<br>Suco Cajá<br>Abacate | Peixe Assado<br>Abóbora refogada<br><br>Arroz/Feijão<br>Salada de tomate e pepino<br>Suco Carambola<br>Pêra | Macarrão com molho e pedaços de carne<br><br>Salada de ovinhos de codorna com batata<br>Suco de Manga<br>Uva | Arroz/Feijão<br>Bife a Rôle<br>Batata assada<br>Salada de Rúcula<br>Suco de Limão<br>Gelatina               |
| <b>LANCHE DA TARDE</b> | Mamadeira (MG) ou Vitamina ou suco<br><br>Pão de Queijo<br><br>Maça   | Mamadeira (MG) ou Vitamina ou suco<br><br>Cereal com leite<br><br>Banana                          | Mamadeira (MG) ou Vitamina ou suco<br><br>Sanduiche de Cenoura c/ patê de ricota<br><br>Mamão               | Mamadeira (MG) ou Água de coco<br><br>Biscoito de Polvilho<br><br>Maça                                       | Mamadeira (MG) ou Achocolatado<br><br>Bisnaguinha com requeijão<br><br>Pera                                 |
| <b>JANTAR</b>          | Arroz / Feijão<br><br>Omelete<br>Legumes no azeite<br>Salada de acelga<br>Uva<br>Suco Melão                             | Arroz/Feijão<br><br>Escondidinho de Frango<br><br>Salada de alface<br>Pêra<br>Suco Limão          | Arroz/Feijão<br><br>Carne em cubos com batata e cenoura<br><br>Salada de almeirão<br>Manga<br>Suco Maracujá | Macarrão c/ Molho de tomate<br><br>Salada de agrião<br>Melancia<br>Suco de Abacaxi                           | Arroz/Feijão<br>Carne moída com legumes<br>Chuchu refogado<br>Salada de alface<br>Gelatina<br>Suco de Manga |

## CARDÁPIO ESCOLA DA TURMA - MG, G1, G2, G3, G4

|                        | <b>SEGUNDA</b><br>24/02/20 | <b>TERÇA</b><br>25/02/20 | <b>QUARTA</b><br>26/02/20 | <b>QUINTA</b><br>27/02/20   | <b>SEXTA</b><br>28/02/20  |
|------------------------|----------------------------|--------------------------|---------------------------|---|---|
| <b>LANCHE DA MANHÃ</b> |                            |                          |                           | Pera<br>Suco de Acerola c/<br>Laranja                                     | Melão<br>Suco de Manga  |
| <b>ALMOÇO</b>          |                            |                          |                           | Macarrão c/<br>almondegas<br>Salada de Legumes<br>Suco carambola<br>Mamão | Arroz/Feijão<br>Frango a milanesa<br>creme de milho<br>Salada de Repolho<br>Suco de Laranja<br>Gelatina |
| <b>LANCHE DA TARDE</b> |                            |                          |                           | Mamadeira (MG) ou<br>iogurte<br>Pão com manteiga<br>Melancia              | Mamadeira (MG) ou<br>Suco<br>Banana com aveia e<br>mel  |
| <b>JANTAR</b>          |                            |                          |                           | Macarrão com frango<br>Salada de Couve-flor<br>Maça<br>Suco de Maracujá   | Arroz/Feijão<br>Carne Moida a<br>primavera<br>Salada de Alface<br>Gelatina<br>Suco de acerola           |