

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
			01/mar	02/mar	03/mar	KCAL 546,32 CHO 80,21 PTN 15,60 LIP 10,20	KCAL 546,32 CHO 80,21 PTN 15,60 LIP 10,20
MERENDA MANHÃ			Suco de abacaxi natural+ pão+ c/ovo + manga	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura, chuchu) + maçã	Arroz, feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas , salada beterraba	9	9
MERENDA TARDE			Suco de abacaxi natural+ pão+ c/ovo + manga	Arroz, feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura, chuchu) + maçã	Arroz, feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas , salada beterraba	9	9
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	06/mar	07/mar	08/mar	09/mar	10/mar	KCAL 563,20 CHO 75,20 PTN 14,20 LIP 9,60	KCAL 563,20 CHO 75,20 PTN 14,20 LIP 9,60
MERENDA MANHÃ	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	Arroz, feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, Salada de beterraba + Melancia	Leite com banana + Bolo cenoura sem cobertura	Arroz integral, feijão carioca, Frango assado( sobrecoxa) creme de milho + péra	Arroz, feijão preto,ovos mexidos + couve, Abóbora refogada + melão	9	9
MERENDA TARDE	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	Arroz, feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, Salada de beterraba + Melancia	Leite com banana + Bolo cenoura sem cobertura	Arroz integral, feijão carioca, Frango assado( sobrecoxa) creme de milho + péra	Arroz, feijão preto,ovos mexidos + couve, Abóbora refogada + melão	9	9
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	13/mar	14/mar	15/mar	16/mar	17/mar	KCAL 459,62 CHO 72,30 PTN 15,20 LIP 8,60	KCAL 459,62 CHO 72,30 PTN 15,20 LIP 8,60
MERENDA MANHÃ	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) salada de abobrinha + manga	Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	logurete morango+ biscoito doce integral + banana	Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicace	Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas, salada beterraba	9	9
MERENDA TARDE	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) salada de abobrinha + manga	Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	logurete morango+ biscoito doce integral + banana	Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicace	Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas, salada beterraba	9	9
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	20/mar	21/mar	22/mar	23/mar	24/mar	KCAL 496,36 CHO 76,20 PTN 16,23 LIP 8,20	KCAL 496,36 CHO 76,20 PTN 16,23 LIP 8,20
MERENDA MANHÃ	Macarrão paraafuso, frango ao molho destiádo, salada de alicace + banana	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada acelga com cenoura + mamão	Vitamina de frutas (banana+mamão) + biscoito doce integral	Arroz integral/ feijão carioca, Frango ao molho com legumes ( batata com abobrinha), salada de pepino c/tomate + pera	Arroz, feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e brócolis) , salada de alicace + maçã	9	9
MERENDA TARDE	Macarrão paraafuso, frango ao molho destiádo, salada de alicace + banana	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada acelga com cenoura + mamão	Vitamina de frutas (banana+mamão) + biscoito doce integral	Arroz integral/ feijão carioca, Frango ao molho com legumes ( batata com abobrinha), salada de pepino c/tomate + pera	Arroz, feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e brócolis) , salada de alicace + maçã	9	9
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	27/mar	28/mar	29/mar	30/mar	31/mar	KCAL 498,35 CHO 75,30 PTN 16,30 LIP 9,20	KCAL 498,35 CHO 75,20 PTN 16,30 LIP 9,20
MERENDA MANHÃ	Arroz, feijão preto, Frango (sassami) ao molho, salada de couve flor + melão	Arroz, feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, salada de cenoura + mamão	Suco integral de maçã+ bolo de fubá + abacaxi	Arroz, feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + maçã	Suco integral de uva, Pão c/ frango destiádo ao molho, alicace, cenoura ralada + bolo de laranja	9	9
MERENDA TARDE	Arroz, feijão preto, Frango (sassami) ao molho, salada de couve flor + melão	Arroz, feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, salada de cenoura + mamão	Suco integral de maçã+ bolo de fubá + abacaxi	Arroz, feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + maçã	Suco integral de uva, Pão c/ frango destiádo ao molho, alicace, cenoura ralada + bolo de laranja	9	9

**Observação:** Substituir o sal por temperos naturais

Grupa Risetolândia