# CARDÁPIO MARÇO

## *E.M. PADRE ALFREDO KASPER*

| SEGUNDA 02 | TERÇA 03 | QUARTA 04 | QUINTA 05 | SEXTA 06 |
|---|---|---|---|---|
| Bolacha doce<br>Leite com achocolatado | Arroz / Lentilha<br>Carne bovina com legumes<br>Cenoura | Mamão<br>Iogurte | Galinhada<br>Repolho | Cuca rápida<br>Suco de abacaxi |
| SEGUNDA 09 | TERÇA 10 | QUARTA 11 | QUINTA 12 | SEXTA 13 |
| Bolo simples<br>Café com leite | Polenta recheada<br>Beterraba | Bolacha doce<br>Iogurte<br>Maçã | Arroz / Feijão<br>Carne suína assada<br>Cenoura | Pão com molho de peito de frango desfiado, tomate e queijo<br>Suco de abacaxi |
| SEGUNDA 16 | TERÇA 17 | QUARTA 18 | QUINTA 19 | SEXTA 20 |
| Bolacha salgada<br>Chá gelado | Massa<br>Carne moída ao molho<br>Repolho | Banana<br>Iogurte | Arroz / Lentilha<br>Sobrecoxa assada<br>Beterraba | Bolo de cenoura<br>Suco de manga |
| SEGUNDA 23 | TERÇA 24 | QUARTA 25 | QUINTA 26 | SEXTA 27 |
| Bolacha salgada<br>Iogurte | Arroz / Feijão<br>Carne suína assada<br>Cenoura | Bolo simples<br>Maçã | Carreteiro<br>Repolho | Pão com chimia<br>Suco de mamão |
| SEGUNDA 30 | TERÇA 31 | QUARTA 01 | QUINTA 02 | SEXTA 03 |
| Bolo mesclado<br>Chá gelado | Arroz / Feijão<br>Carne suína assada<br>Tomate | Pão com presunto, queijo e tomate<br>Manga | Mandioca<br>Carne moída ao molho<br>Alface | Bolacha salgada<br>Iogurte |

**ATENÇÃO: Cuidar com a quantidade de SAL, AÇÚCAR E ÓLEO nas preparações! Utilizar o mínimo possível.**
**As preparações podem sofrer alterações de dias durante a semana, devido a entrega dos alimentos.**

Indiara Alnoch
Nutricionista – CRN: 2438

# CARDÁPIO MARÇO

**ATENÇÃO: Cuidar com a quantidade de SAL, AÇÚCAR E ÓLEO nas preparações! Utilizar o mínimo possível.**
**As preparações podem sofrer alterações de dias durante a semana, devido a entrega dos alimentos.**

Indiara Alnoch
Nutricionista – CRN: 2438