

Semana de 01 até 04/04

Semana 1

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche		Frutas e suco de frutas Sanduiche de frango com alface	Frutas e suco de frutas Lanche do Jardim	Frutas e suco de frutas Pão de batata com muçarela e tomate temperado	Frutas e suco de frutas Bolo de cenoura
Almoço		Arroz/Arroz integral+feijão Estrogonoff de frango Batata sauteê Salada: alface americano e cenoura ralada Sobremesa: fruta	Arroz/Arroz integral+feijão Carne moída Nhoque ao sugo Salada: rúcula e tomate Sobremesa: fruta	Arroz/Arroz integral+feijão Espetinho de frango Creme de milho Salada: agrião e palmito Sobremesa: fruta	Arroz/Arroz integral+feijão Rocambolo de carne Macarrão alho e óleo Salada: alface mimosa e pepino
Lanche		Frutas e suco de frutas Sanduiche de frango com alface	Frutas e suco de frutas Lanche do Jardim	Frutas e suco de frutas Pão de batata com muçarela e tomate temperado	Frutas e suco de frutas Bolo de cenoura
Jantar		Sopa de feijão com ovos e legumes	Canja	Macarrão à bolonhesa com beterraba e cenoura	Sopa da vovó

Semana de 07 até 11/04

Semana 2

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche	Frutas e suco de frutas Pão de cenoura com muçarela e geleia de fruta	Frutas e suco de frutas Carne louca	Frutas e suco de frutas Lanche do Jardim	Frutas e suco de frutas Misto frio	Frutas e suco de frutas Bolo de iogurte
Almoço	Arroz/Arroz integral+feijão Coxinha de frango Polenta cremosa Salada: agrião e tomate Sobremesa: fruta	Arroz/Arroz integral+feijão Salmão assado/Ovos mexidos Purê de mandioquinha Salada: acelga e beterraba em cubos Sobremesa: fruta	Arroz/Arroz integral+feijão Hambúrguer de carne Macarrão ao sugo Salada: rúcula e ovo de codorna Sobremesa: fruta	Arroz/Arroz integral+feijão Lombo em cubos Farofa de couve Salada: alface e cenoura em rodela Sobremesa: fruta	Arroz/Arroz integral+feijão Isclas de carne acebolada Purê de batata Salada: couve e tabule Sobremesa: fruta
Lanche	Frutas e suco de frutas Pão de cenoura com muçarela e geleia de fruta	Frutas e suco de frutas Carne louca	Frutas e suco de frutas Lanche do Jardim	Frutas e suco de frutas Misto frio	Frutas e suco de frutas Bolo de iogurte
Jantar	Macarrão à bolonhesa com beterraba e cenoura	Canja	Caldo de mandioca com frango e legumes	Sopa da vovó	Sopa de feijão com frango e legumes

Semana de 14 até 18/04

Semana 3

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche	Frutas e suco de frutas Sanduiche de pizza	Frutas e suco de frutas Muffin de cenoura	Frutas e suco de frutas Lanche do Jardim	Frutas e suco de frutas Sanduiche de queijo minas com pasta de amendoim	
Almoço	Arroz/Arroz integral+feijão Estrogonoff de frango Legumes sauteê Salada: alface mimososa e palmito Sobremesa: fruta	Arroz/Arroz integral+feijão Lasanha à bolonhesa/Carne moída Escarola refogada Salada: rúcula e tomate Sobremesa: fruta	Arroz/Arroz integral+feijão Salmão assado/Ovos mexidos Brócolis no alho Salada: repolho e milho verde Sobremesa: fruta	Arroz/Arroz integral+feijão fricassê de frango Cenoura sauteê Salada: alface e ervilha fresca Sobremesa: fruta	FERIADO
Lanche	Frutas e suco de frutas Sanduiche de pizza	Frutas e suco de frutas Muffin de cenoura	Frutas e suco de frutas Lanche do Jardim	Frutas e suco de frutas Sanduiche de queijo minas e pasta de amendoim	
Jantar	Sopa de carne com legumes e macarrão de letrinha	Canja	Macarrão a bolonhesa com beterraba e cenoura	Creme de mandioquinha com cenoura e carne desfiada	

Semana de 21 até 25/04

Semana 4

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche		Frutas e suco de frutas Biscoito de polvilho, bolacha salgada e doce com patê de queijo	Frutas e suco de frutas Lanche do Jardim	Frutas e suco de frutas Sanduiche natural de frango	Frutas e suco de frutas Bolo de chocolate do jardim
Almoço	FERIADO	Arroz/Arroz integral+feijão Carne em cubos com cenoura Macarrão alho e óleo Salada: alface crespa e tomate	Arroz/Arroz integral+feijão Lombo em cubos Farofa em cubos e couve refogada Salada: repolho e vinagrete Sobremesa: fruta	Arroz/Arroz integral+feijão Isclas de frango Torta de abobora Salada: acelga e beterraba Sobremesa: fruta	Arroz/Arroz integral+feijão Lasanha a bolonhesa/ Carne moída Cenoura sauteê Salada: alface mimososa e milho Sobremesa: Fruta
Lanche		Frutas e suco de frutas Biscoito de polvilho, bolacha salgada e doce com patê de queijo	Frutas e suco de frutas Lanche do Jardim	Frutas e suco de frutas Sanduiche natural de frango	Frutas e suco de frutas Bolo de chocolate do jardim
Jantar		Canja	Sopa de feijão com carne e legumes	Macarrão a bolonhesa com beterraba e cenoura	Creme de batata com cenoura e frango



#pensediferente

Semana 3

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche	Frutas e suco de frutas Pão francês com queijo minas e patê de atum	Frutas e suco de frutas Sanduiche de muçarela com tomate temperado	Frutas e suco de frutas Lanche do Jardim		
Almoço	Arroz/Arroz integral+feijão Carne moída Nhoque ao sugo Salada: alface crespa e tomate Sobremesa: fruta	Arroz/Arroz integral+feijão Coxinha de frango Purê caipira Salada: rúcula e salada de macarrão fria Sobremesa: fruta	Arroz/Arroz integral+feijão Kafta Creme de espinafre Salada: agrião e cenoura ralada		
Lanche	Frutas e suco de frutas Pão francês com queijo minas e patê de atum	Frutas e suco de frutas Sanduiche de muçarela com tomate temperado	Frutas e suco de frutas Lanche do Jardim		
Jantar	Canja	Macarrão à bolonhesa com beterraba e cenoura	Sopa da vovó		

Semana 4

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche					
Almoço					
Lanche					
Jantar					



#pensediferente