



# CARDÁPIO DE ABRIL - INTEGRAL



JUNSHIN	SEG	TER	QUA	QUI	SEX 01.04.22
<b>ALMOÇO</b>					Arroz, feijão, lasanha bolonhesa, couve refogada, salada verde e grão de bico, melão
<b>LANCHE DA TARDE</b>					Chá capim cidreira, salada de frutas, bolo de limão
<b>HORÁRIO ESPECIAL</b>					Sopa batata, abobora, vagem e carne
	SEG 04.04.22	TER 05.04.22	QUA 06.04.22	QUI 07.04.22	SEX 08.04.22
<b>ALMOÇO</b>	Arroz, feijão, omelete,, espaguete ao sugo, salada rúcula e cenoura, melancia	Arroz integral, feijão, frango assado, batata saute, salada alface roxa e chuchu, maçã	Arroz, feijão, yakissoba, salada alface e pepino, manga	Arroz, feijão, risoto de frango, abobrinha refogada, salada repolho e beterraba, laranja	Arroz, feijão, peixe empanado com aveia assado, mandioca cozida, salada verde e vagem, melão
<b>LANCHE</b>	Leite com cacau, banana, biscoito de polvilho	Suco de uva, mamão, bisnaguinha cenoura c/ manteiga	Chá camomila, banana, bolinho de chuva assado	Vitamina de frutas, caqui, pão de queijo	Suco de maracujá, salada de frutas, tortinha de frango
<b>HORÁRIO ESPECIAL</b>	Canja	Sopa de feijão, mandioquinha, macarrão e carne	Sopa de milho, batata doce, cenoura e frango	Sopa cremosa de aipim, chuchu, abóbora e carne	Sopa de lentilha, cenoura, batata e frango
	SEG 11.04.22	TER 12.04.22	QUA 13.04.22	QUI 14.04.22	SEX 15.04.22
<b>ALMOÇO</b>	Arroz, feijão, escondidinho de carne, repolho refogado, salada alface e rabanete, laranja	Arroz integral, feijão, mignon suíno grelhado, kobotchá cozido, salada agrião e tomate, melão	Arroz, feijão, karaague, brócolis refogado, salada alface americana e cenoura ralada, maçã		
<b>LANCHE DA TARDE</b>	Chá, mamão, bolo mármore	Leite, banana, pão semi integral c/ cream cheese	Limonada, manga, pizza de milho	RECESSO	FERIADO
<b>HORÁRIO ESPECIAL</b>	Sopa batata doce, abobrinha, mandioquinha e frango	Sopa mandioca, cenoura, chuchu e carne	Sopa feijão, batata, macarrão e carne		
	SEG 18.04.22	TER 19.04.22	QUA 20.04.22	QUI 21.04.22	SEX 22.04.22
<b>ALMOÇO</b>	Arroz, feijão, ovo mexido, macarrão à primavera, salada rúcula e beterraba, banana	Arroz, feijão, strogonoff frango, batata corada, salada alface e pepino, laranja	Arroz, feijão, mabodoufu, tempurá legumes, salada alface roxa e chuchu, melão		Arroz, feijão, peixe à milanesa, jardineira de legumes, salada repolho e cenoura, manga
<b>LANCHE DA TARDE</b>	Suco de uva, maçã, pão abóbora c/ requeijão	Chá, mamão, bolo de fubá	Leite c/ cacau, banana, pão de queijo	FERIADO	Chá capim limão, salada de frutas, biscoito caseiro
<b>HORÁRIO ESPECIAL</b>	Sopa batata, chuchu, abóbora e frango	Sopa inhame, cenoura, mandioquinha e carne	Sopa milho, batata doce, cenoura e frango		Sopa de feijão, abobrinha, macarrão e carne

	<b>SEG 25.04.22</b>	<b>TER 26.04.22</b>	<b>QUA 27.04.22</b>	<b>QUI 28.04.22</b>	<b>SEX 29.04.22</b>
<b>ALMOÇO</b>	Arroz, feijão, carne de panela, polenta mole, salada agrião e couve-flor, maçã	Arroz, feijão, hamburguer nutritivo, mandioca sauté, salada alface e tomate, mamão	Arroz, feijão, carê, acelga refogada, salada escarola, pepino, banana	Arroz, feijão, bife grelhado, nhoque ao sugo, salada alface americana, chuchu, melão	Arroz, feijão, frango assado, farofa de ovos, salada verde e beterraba, caqui
<b>LANCHE DA TARDE</b>	Suco de uva, laranja, pizza de queijo, tomate, manjericão	Leite, caqui, bolo de banana	Chá camomila, manga, pão c/ creme de ricota	Leite c/ cacau, maçã, bolo de laranja	Suco de maracujá, salada de frutas, croissant queijo e tomate
<b>HORÁRIO ESPECIAL</b>	Canja	Sopa batata doce, abóbora, chuchu e carne	Sopa feijão, vagem, macarrão e carne	Sopa mandioca, cenoura, abobrinha e frango	Sopa lentilha, batata, cenoura e carne

**Observações:** cardápio sujeito à alteração. \* As preparações incluem o uso de óleo vegetal, sal, alho e cebola.