

ESCOLA PARCIAL – CARDÁPIO MARÇO/2025



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
				6/3/2025	7/3/2025		
MERENDA MANHÃ 10h				Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abóbora e vagem) + salada de beterraba + mamão	Arroz, Feijão preto + Bolinho de carne ao molho + salada acelga + melancia	KCAL 454 Kcal 454	KCAL 454 Kcal 454
				Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abóbora e vagem) + salada de beterraba + mamão	Arroz, Feijão preto + Bolinho de carne ao molho + salada acelga + melancia	CHO 66 9 CHO 66 9	CHO 66 9 CHO 66 9
MERENDA TARDE 15h				Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abóbora e vagem) + salada de beterraba + mamão	Arroz, Feijão preto + Bolinho de carne ao molho + salada acelga + melancia	PTN 23 9 PTN 23 9	PTN 23 9 PTN 23 9
				Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abóbora e vagem) + salada de beterraba + mamão	Arroz, Feijão preto + Bolinho de carne ao molho + salada acelga + melancia	LIP 11 9 LIP 11 9	LIP 11 9 LIP 11 9
	SEGUNDA 10/3/2025	TERÇA 11/3/2025	QUARTA 12/3/2025	QUINTA 13/3/2025	SEXTA 14/3/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
MERENDA MANHÃ 10h	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de tomate + maçã	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + laranja	Café com leite + pão de queijo	Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado + espinafre + salada repolho + pira	PLANEJAMENTO		
MERENDA TARDE 15h	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de tomate + maçã	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + laranja	Café com leite + pão de queijo	Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado + espinafre + salada repolho + pira			
	SEGUNDA 17/3/2025	TERÇA 18/3/2025	QUARTA 19/3/2025	QUINTA 20/3/2025	SEXTA 21/3/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsam) ao molho + salada de alface + melão	Suco integral de uva, sanduíche de pão de leite hot dog + queijo + tomate + alface	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos + abóbora refogada + melancia	KCAL 383 Kcal 383	KCAL 383 Kcal 383
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsam) ao molho + salada de alface + melão	Suco integral de uva, sanduíche de pão de leite hot dog + queijo + tomate + alface	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos + abóbora refogada + melancia	CHO 59 9 CHO 59 9	CHO 59 9 CHO 59 9
						PTN 24 9 PTN 24 9	PTN 24 9 PTN 24 9
						LIP 6 9 LIP 6 9	LIP 6 9 LIP 6 9
	SEGUNDA 24/3/2024	TERÇA 25/3/2024	QUARTA 26/3/2024	QUINTA 27/3/2024	SEXTA 28/3/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsam) grelhado + salada de acelga + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + salada alface + maçã	Leite com polpa de morango + Bolo cenoura sem cobertura	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + laranja	Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de laranja	KCAL 453 Kcal 453	KCAL 453 Kcal 453
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsam) grelhado + salada de acelga + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + salada alface + maçã	Leite com polpa de morango + Bolo cenoura sem cobertura	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + laranja	Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de laranja	CHO 72 9 CHO 72 9	CHO 72 9 CHO 72 9
						PTN 22 9 PTN 22 9	PTN 22 9 PTN 22 9
						LIP 9 9 LIP 9 9	LIP 9 9 LIP 9 9
	SEGUNDA 31/3/2024	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
MERENDA MANHÃ 10h	Arroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja					KCAL 437 Kcal 437	KCAL 437 Kcal 437
MERENDA TARDE 15h	Arroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja					CHO 74 9 CHO 74 9	CHO 74 9 CHO 74 9
						PTN 23 9 PTN 23 9	PTN 23 9 PTN 23 9
						LIP 4 9 LIP 4 9	LIP 4 9 LIP 4 9

Observações:

ESCOLA

ALUNO

Partida dos Santos Alves Garcia
Matr. Funcional nº 7893 CEN 8 RIGIÃO
Nº 1781

Ligia Maria Toledo Faria Vicente
Matr. Funcional nº 11146 CEN 8 RIGIÃO
Nº 2321

Camille Consentino de Carvalho
Matr. Funcional nº 7894 CEN 8 RIGIÃO
Nº 1102

Adriana Correa Lima Bello
CEN 8 RIGIÃO
Coordenadora Operacional

Laís de Jesus Almeida
Matr. Funcional nº 7895 CEN 8 RIGIÃO
CEN 1544