

ESCOLA PARCIAL – CARDÁPIO FEVEREIRO/2025

Risototândia

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÂNHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE				
						KCAL	Kcal	KCAL	473	Kcal		
MERENDA MANHÃ 10h	FÉRIAS	FÉRIAS	Leite com morango+ bolo cenoura sem cobertura	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + goiaba	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada alface	KCAL	454	Kcal	473	Kcal		
			Lete com morango+ bolo cenoura sem cobertura	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + goiaba	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada alface	PTN	23	g	PTN	19	g	
MERENDA TARDE 15h			SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÂNHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
			10/2/2025	11/2/2025	12/2/2025	13/2/2025	14/2/2025					
MERENDA MANHÃ 10h			Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e batata), salada de beterraba + melancia	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne, salada acelga com tomate+melão	logurte de morango + biscoito doce de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	KCAL	424	Kcal	KCAL	424	Kcal
			Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e batata), salada de beterraba + melancia	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne, salada acelga com tomate+melão	logurte de morango + biscoito doce integral + banana	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	PTN	22	g	PTN	22	g
MERENDA TARDE 15h			SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÂNHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
			17/2/2025	18/2/2025	19/2/2025	20/2/2025	21/2/2025					
MERENDA MANHÃ 10h			Arroz, Feijoada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura, laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, Salada alface	Suco de acerola + Torta de frango com legumes + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga com tomate + manga	KCAL	383	Kcal	KCAL	383	Kcal
			Arroz, Feijoada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura, laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, Salada alface	Suco de acerola + Torta de frango com legumes + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga com tomate + manga	PTN	24	g	PTN	24	g
MERENDA TARDE 15h			SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÂNHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
			24/2/2025	25/2/2025	26/2/2025	27/2/2025	28/2/2025					
MERENDA MANHÃ 10h			Arroz, Feijão preto, Omelete assado + espinafre, legumes refogados (vagem e cenoura) + laranja	Arroz, Feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + melancia	Suco integral de uva + sanduíche de pão fritado + queijo + tomate + alface	Arroz colorido, Feijão carioca, quiibe assado, espinafre+salada repolho com tomate + manga	KCAL	453	Kcal	KCAL	453	Kcal
			Arroz, Feijão preto, Omelete assado + espinafre, legumes refogados (vagem e cenoura) + laranja	Arroz, Feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + melancia	Suco integral de uva + sanduíche de pão fritado + queijo + tomate + alface	Arroz colorido, Feijão carioca, quiibe assado, espinafre+salada repolho com tomate + manga	PTN	72	g	PTN	72	g
MERENDA TARDE 15h			SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÂNHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
			10/2/2025	11/2/2025	12/2/2025	13/2/2025	14/2/2025					
MERENDA TARDE 15h			Arroz, Feijão preto, Omelete assado + espinafre, legumes refogados (vagem e cenoura) + laranja	Arroz, Feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + melancia	Suco integral de uva + sanduíche de pão fritado + queijo + tomate + alface	Arroz colorido, Feijão carioca, quiibe assado, espinafre+salada repolho com tomate + manga	KCAL	453	Kcal	KCAL	453	Kcal
			Arroz, Feijão preto, Omelete assado + espinafre, legumes refogados (vagem e cenoura) + laranja	Arroz, Feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + melancia	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura	Arroz colorido, Feijão carioca, quiibe assado, espinafre+salada repolho com tomate + manga	PTN	22	g	PTN	22	g