

CARDÁPIO DA SEMANA DAS CRIANÇAS-EMEI'S: 07/10/2019 a 11/10/2019

2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA		5ª FEIRA
<p>CAFÉ DA MANHÃ Biscoito sabor leite c/ margarina e leite c/ nesquik</p> <p>ALMOÇO Arroz branco Feijão comum File de coxa e sobrecoxa em cubos refogado c/ tomate, azeitona, cebola e cheiro verde Polenta simples Salada: repolho c/ cenoura ralada e azeitona</p> <p>SOBREMESA Gelatina colorida (abacaxi, morango, uva e framboesa)</p> <p>LANCHE Flocos de cereais sabor chocolate c/ leite + banana picadinha</p> <p>JANTAR Sopa de fubá c/ carne picadinha em cubinhos, tomate, couve, cenoura, e cheiro verde</p>	<p>CAFÉ DA MANHÃ Bolo simples de cenoura +leite c/ achocolatado</p> <p>ALMOÇO Arroz branco Feijão comum File de tilápia ensopado c/ batata, pimentão amarelo, cebola, tomate, ervilha, azeitona e cheiro verde Couve refogada Salada: beterraba c/ cebola</p> <p>SOBREMESA Fruta</p> <p>LANCHE Barrinha de cereais + leite batido c/ maracujá</p> <p>JANTAR Sopa de macarrão c/ feijão, carne de frango picadinha, cenoura, chuchu, batata, tomate, cheiro verde</p>	<p>CAFÉ DA MANHÃ Pão caseiro c/ margarina +bebida láctea sabor iogurte</p> <p>ALMOÇO Arroz branco Feijão comum Ovos mexidos com cenoura ralada tomate cebola cheiro verde e orégano Couve refogada Salada: alface c/ tomate</p> <p>SOBREMESA Fruta</p> <p>LANCHE Biscoito salgado cream cracker c/ requeijão + leite com achocolatado</p> <p>JANTAR Salada de macarrão c/ apresentado, mussarela, tomate, cenoura, cebola e cheiro verde + suco natural laranja</p>	<p>CAFÉ DA MANHÃ Pão caseiro c/ patê de atum +suco acerola c/ laranja</p> <p>ALMOÇO Arroz branco Feijão comum Strogonoff de carne bovina (patinho) Farofa de cenoura Salada: legumes (cenoura, chuchu, batata, azeitona e cheiro verde) <i>*tempero a gosto</i></p> <p>SOBREMESA Fruta</p> <p>LANCHE Pão de queijo + todinho</p> <p>JANTAR Torta de frango c/ milho verde, ervilha, cebola, requeijão, cheiro verde e suco goiaba</p>	<p>CAFÉ DA MANHÃ Bolo simples de chocolate + leite com nesquik</p> <p>ALMOÇO Macarronada com molho simples Coxinha da asa assada Creme de milho verde Salada: acelga c/ abacaxi <i>*arroz/ feijão opcional</i></p> <p>SOBREMESA Salada de frutas + creme de leite</p> <p>LANCHE Bolinho de baunilha c/ recheio de chocolate + bebida iogurte</p> <p>JANTAR Pãozinho de leite recheado com molho de salsicha + suco sabor morango (polpa)</p>