

Cardápio Escola • Mês: MARÇO

Obs.: O cardápio de crianças alérgicas e intolerantes a algum alimento será elaborado individualmente conforme a necessidade; qualquer dúvida, marcar um horário com a nutricionista.

Educação Infantil	Semana 1 02 a 06/03	Semana 2 09 e 13/03	Semana 3 16 a 20/03	Semana 4 23 a 27/03	Semana 5 30 e 31/03
Segunda	Pão carequinha com muçarela e tomate temperado (azeite e orégano) Suco de acerola e achocolatado/ Banana	Pão francês integral com recheio de pizza Suco de maracujá e iogurte Maçã	Bolacha salgada integral, biscoito crek crek e patê 4 queijos Suco de laranja e achocolatado Banana	Pão francês integral com queijo minas e pasta de amendoim Suco de tangerina e iogurte/ Maçã	Pão de aveia com presunto magro Suco de maracujá e achocolatado Banana
Terça	Pão de forma integral com patê de frango Suco de caju e iogurte Maçã	Pão de batata e patê de atum com alface Suco de laranja e achocolatado Pera	Pão de forma integral com frios Suco de caju e iogurte Maçã	Pão de cenoura com blanquet Suco de goiaba e achocolatado Pera	Pão francês integral com carne desfiada Suco de acerola e iogurte/Maçã
Quarta	Esfirra integral de carne Suco de abacaxi e achocolatado Melancia	Trouxinha integral de frango Suco de morango e iogurte de frutas Abacaxi	Pão de queijo Suco de uva e achocolatado Melão	Cookie integral de chocolate Suco de morango e iogurte de frutas Abacaxi	
Quinta	Pão francês integral com blanquet Suco de tangerina e iogurte Pera	Pão de forma integral com queijo minas e tomate temperado Suco de acerola e achocolatado/ Banana	Pão francês integral com tomate temperado (azeite e orégano) Suco de abacaxi e iogurte/ Pera	Pão de forma integral com patê de frango Suco de uva e achocolatado Banana	
Sexta	Bolo de laranja Suco de uva e Achocolatado	Bolo integral de maçã Suco de tangerina e iogurte Melancia	Bolo de cenoura Suco de maracujá e achocolatado Abacaxi	Bolo de chocolate Suco de laranja e iogurte/Mamão	

Obs.: Nas salas de Nido e GIE, será servido leite batido com fruta no lugar do leite com achocolatado.

**Fundamental
1 e 2**

Semana 1

02 a 06/03

Segunda

Pão carequinha com
muçarela e tomate
temperado (azeite e
orégano)
Suco de acerola e
achocolatado/ Banana

Terça

Pão de forma e pão de
forma integral com patê
de frango
Suco de caju e iogurte
Maçã

Quarta

Esfirra de carne e esfirra
integral de carne
Suco de abacaxi e
achocolatado
Melancia

Quinta

Pão francês e pão
francês integral com
blanquet
Suco de tangerina e
iogurte
Pera

Sexta

Bolo de laranja
Suco de uva e
Achocolatado

Semana 2

09 a 13/03

Pão francês e pão
francês integral/recheio
pizza
Suco de maracujá e
iogurte
Maçã

Pão de batata e patê de
atum com alface
Suco de laranja e
achocolatado
Pera

Trouxinha de frango e
trouxinha integral de
frango
Suco de morango e
iogurte de frutas
Abacaxi

Pão de forma e pão
forma integral com
queijo minas e tomate
Suco de acerola e
achocolatado/ Banana

Bolo integral de maçã
Suco de tangerina e
iogurte

Semana 3

16 a 20/03

Bolacha integral salgada
e doce, biscoito polvilho
e creck creck e patê 4
queijos
Suco de laranja e
achocolatado/Banana

Pão de forma e pão de
forma integral c/ frios
Suco de caju e iogurte
Maçã

Pão de queijo
Suco de uva e
achocolatado
Melão

Pão francês e pão
francês integral com
tomate temperado
(azeite e orégano)
Suco de abacaxi e
iogurte/ Pera

Bolo de cenoura
Suco de maracujá e
achocolatado
Abacaxi

Semana 4

23 a 27/03

Pão francês e pão
francês integral com
queijo minas e pasta
de amendoim
Suco de tangerina e
iogurte/ Maçã

Pão de cenoura com
blanquet
Suco de goiaba e
achocolatado
Pera

Cookie integral de
chocolate
Suco de morango e
iogurte de frutas
Abacaxi

Pão de forma e pão
de forma integral com
patê de frango
Suco de uva e
achocolatado/Banana

Bolo de chocolate
Suco de laranja e
iogurte/Mamão

Semana 5

30 e 31/03

Pão de aveia com
presunto magro
Suco de maracujá e
achocolatado
Banana

Pão francês e pão
francês integral com
carne desfiada
Suco de acerola e
iogurte/Maçã



Escola JARDIM DAS NAÇÕES

#pensediferente