

REFEIÇÕES		2ª feira 27/3/2023	3ª feira 28/3/2023	4ª feira 29/3/2023	5ª feira 30/3/2023	6ª feira 31/3/2023
<b>COLAÇÃO</b>		Maçã	Banana	Mamão	Manga	Uva
<b>A L M O Ç O</b>	PRATO PRINCIPAL	Risoto de legumes com ovos cozidos (cenoura, repolho roxo, couve-flor)	Frango refogado com chuchu	Carne moída	Frango ensopado com agrião	Isclas de peixe com espinafre
	COMPLEMENTO	Feijão carioca	Arroz integral Feijão preto	Massinha Feijão carioca	Arroz branco preto Feijão	Arroz branco Lentilha
	GUARNIÇÃO	X	Beterraba/ Couve refogada	Tirinhas de legumes assado (berinjela/abobrinha)	Purê misto Abóbora /Inhame	Cenoura/batata refogado no azeite e alho
	<b>SOBREMESA</b>	Manga	Laranja	Caqui	Melancia	Maçã
<b>LANCHE</b>		Creme de abacate com banana ( BI) Suco de uva + Biscoito de polvilho (BII)	Fruta mista ( Maçã e uva) + aveia	Manga com aveia (BI) Suco de laranja com limão + Biscoito de batata doce ( caseiro) ( BII)	Vitamina de banana + mamão + aveia	Pera + banana picadinha ( BI) Suco de caju + Torradinha com fio de azeite e orégano (BII)
<b>J A N T A R</b>	PRATO PRINCIPAL	Risoto de legumes com ovos cozidos (cenoura, repolho roxo, couve-flor)	Frango refogado com chuchu	Carne moída	Frango ensopado com agrião	Isclas de peixe com espinafre
	COMPLEMENTO	Feijão carioca	Arroz integral Feijão preto	Massinha Feijão carioca	Arroz branco preto Feijão	Arroz branco Lentilha
	GUARNIÇÃO	X	Beterraba/ Couve refogada	Tirinhas de legumes assado (berinjela/abobrinha)	Purê misto Abóbora /Inhame	Cenoura/batata refogado no azeite e alho
	<b>SOBREMESA</b>	Manga	Goiaba	Pera	Melão	Caqui
→ O CARDÁPIO ESTÁ SUJEITO A ALTERAÇÕES* Não utilizamos leite de origem animal em nossas preparações, somente extrato vegetal a base de aveia.						