

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
CARDÁPIO MENSAL: MARÇO 2023**

**REGULAR/ESPECIAL/EJA => HORÁRIOS: MANHÃ ÀS 10 HORAS, TARDE ÀS 15 HORAS E EJA ÀS 20H.**

27/fev	28/fev	01/mar	02/mar	03/mar
PÃO CASEIRO QUEIJO SUCO DE UVA INTEGRAL	ARROZ FEIJÃO CUBOS AO MOLHO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE REPOLHO MELANCIA	ARROZ FEIJÃO BIFE ACEBOLADO AIPIM COZIDO SALADA DE ALFACE LARANJA	MACARRÃO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTÉ SALADA DE ACELGA MELAO	BOLO ORGÂNICO, VITAMINA DE FRUTAS, PERA
06/mar	07/mar	08/mar	09/mar	10/mar
PÃO INTEGRAL COM OVOS MEXIDOS, CHÁ E MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO FILE DE TILÁPIA ASSADO SALADA DE BETERRABA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO REFOGADO ACELGA REFOGADA LARANJA	POLENTA CARNE MOIDA AO MOLHO BATATA SAUTÉ COUVE REFOGADA MAMÃO	PÃO COM REQUEIJÃO LEITE COM CACAU EM PÓ BANANA
13/mar	14/mar	15/mar	16/mar	17/mar
COITO INTEGRAL DE LARANJA (ORGÂNICO) SUCO DE UVA INTEGRAL MAÇÃ	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO BIFE ACEBOLADO CENOURA REFOGADA SALADA DE ALFACE MAMÃO	ARROZ FEIJÃO CUBOS AO MOLHO REPOLHO REFOGADO SALADA DE TOMATE MANGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO FAROFA DE ESPINAFRE SALADA DE PEPINO MAMÃO	SOPA DE LEGUMES BANANA
20/mar	21/mar	22/mar	23/mar	24/mar
BROA CASEIRA C/ GELEIA DE FRUTAS AMINA DE ABACATE E BANANA SEM AÇÚCAR MELÃO	ARROZ FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ ORÉGANO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO FILE DE TILÁPIA ASSADO SALADA DE BRÓCOLIS LARANJA	MACARRÃO CARNE COZIDA AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE ALFACE MAMÃO	TORTA DE LEGUMES SUCO DE MARACUJÁ MELANCIA
27/mar	28/mar	29/mar	30/mar	31/mar
MACARRÃO A BOLONHESA E MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO OVO COZIDO FAROFA DE LEGUMES SALADA DE ALFACE BANANA	ARROZ FEIJÃO BIFE ACEBOLADO SALADA DE CENOURA BATATA DOCE COZIDA MELÃO	PURE DE BATATA FRANGO AO MOLHO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE BETERRABA MANGA	PÃO INTEGRAL COM CARNE MOIDA E SUCO NATURAL DE LARANJA <i>Alinne Souza da Godói</i> Nutricionista

VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.