



Cardápio da Merenda Municipal de Pontal

Creches Municipais/Janeiro 2020

Janeiro		Café da Manhã	Almoço e Jantar	Frutas
02 janeiro	Quinta-feira	Leite com Chocolate + Pão com Manteiga	Arroz + Feijão + Churrasquinho de panela com Tomate + Abobrinha refogada + Salada de Alface	Melão
03 janeiro	Sexta-feira	Leite com Chocolate + Pão com Requeijão	Arroz + Feijão + Carne moída com Mandioca + Quiabo + Salada de Pepino com Tomate	Maçã
06 janeiro	Segunda-feira	Leite com Chocolate + Pão com Requeijão	Arroz + Feijão + Carne iscas com Batata + Salada de Brócolis	Laranja
07 janeiro	Terça-feira	Leite com Chocolate + Pão com Manteiga	Arroz + Feijão + Frango acebolado + Cenoura Refogada + Salada de Alface	Maçã
08 janeiro	Quarta-feira	Leite com Chocolate + Pão com Requeijão	Macarrão à bolonhesa + Salada de Legumes	Melão
09 janeiro	Quinta-feira	Leite com Chocolate + Pão com Manteiga	Arroz + Feijão + Carne moída com Mandioca + Salada de Rúcula com Tomate	Melancia
10 janeiro	Sexta-feira	Leite com Chocolate + Pão com Requeijão	Arroz + Feijão + Frango com Legumes + Salada de Couve-flor	Banana
13 janeiro	Segunda-feira	Leite com Chocolate + Pão com Requeijão	Arroz + Feijão + Carne iscas com Legumes + Salada de Almeirão	Maçã
14 janeiro	Terça-feira	Leite com Chocolate + Pão com Manteiga	Arroz + Feijão + Frango grelhado com Brócolis e Cenoura + Salada de Alface	Laranja
15 janeiro	Quarta-feira	Leite com Chocolate + Pão com Requeijão	Arroz + Feijão + Carne moída com Mandioca + Salada de Repolho	Banana
16 janeiro	Quinta-feira	Leite com Chocolate + Pão com Manteiga	Arroz + Feijão + Churrasquinho de panela com Tomate + Abobrinha refogada + Salada de Alface	Melão
17 janeiro	Sexta-feira	Leite com Chocolate + Pão com Requeijão	Galinhadinha + Feijão + Salada de Pepino com Tomate	Manga
20 janeiro	Segunda-feira	Leite com Chocolate + Pão com Requeijão	Arroz temperado (cenoura e tomate) + Feijão + Carne iscas com Mandioca + Salada de Couve	Maçã
21 janeiro	Terça-feira	Leite com Chocolate + Pão com Manteiga	Macarronada à bolonhesa + Salada de Alface	Banana
22 janeiro	Quarta-feira	Leite com Chocolate + Pão com Requeijão	Arroz + Feijão + Frango com Legumes + Salada de Brócolis com Tomate	Melão
23 janeiro	Quinta-feira	Leite com Chocolate + Pão com Manteiga	Arroz + Feijão + Pernil acebolado com Tomate + Salada de Rúcula	Manga
24 janeiro	Sexta-feira	Leite com Chocolate + Pão com Requeijão	Arroz + Feijão + Frango com Batata e Cenoura	Melancia
27 janeiro	Segunda-feira	Leite com Chocolate + Pão com Requeijão	Arroz + Feijão + Carne iscas com Batata + Salada de Repolho com Cenoura	Melão
28 janeiro	Terça-feira	Leite com Chocolate + Pão com Manteiga	Galinhadinha + Feijão + Salada de Vagem	Banana
29 janeiro	Quarta-feira	Leite com Chocolate + Pão com Requeijão	Arroz + Feijão + Churrasquinho de panela acebolado + Chuchu cozido + Salada de Almeirão	Melancia
30 janeiro	Quinta-feira	Leite com Chocolate + Pão com Manteiga	Arroz + Feijão + Frango grelhado com Brócolis e Cenoura + Salada de Alface	Laranja
31 janeiro	Sexta-feira	Leite com Chocolate + Pão com Requeijão	Arroz + Feijão + Carne moída com Mandioca + Quiabo + Salada de Pepino com Tomate	Maçã

*A fruta deverá ser servida cinco vezes por semana.
***Obs.: O cardápio poderá sofrer alterações

Cristiane Pereira
CRN 3 – 11792

Nádia I. R. Maronesi
CRN 3 – 52172





Cardápio da Merenda Municipal de Pontal Creches Municipais/Janeiro 2020

*A fruta deverá ser servida cinco vezes por semana.
***Obs.: O cardápio poderá sofrer alterações

Cristiane Pereira
CRN 3 – 11792

Nádia I. R. Maronesi
CRN 3 – 52172

