



Cardápio da Merenda Municipal de Pontal

Creches Municipais INTEGRAL/MARÇO 2020

MARÇO		Café da Manhã	Almoço	JANTAR	Frutas
02/ Março	Segunda- feira	Leite com chocolate e pão com requeijão	Arroz + Feijão + Carne Moída com Mandioca+ Salada Tomate	Sopa de Legumes + Macarrão+ Carne moída	Laranja
03/ Março	Terça-feira	Leite com chocolate e pão com requeijão	Arroz + Feijão+ Pernil Acebolado com Tomate + Salada Alface	Arroz+ Feijão + Frango Ref.c/ Legumes+ Sal. Tomate	Abacaxi
04/ Março	Quarta-feira	Leite com chocolate e pão com requeijão	Arroz+ Feijão +Carne Iscas com Legumes+ Salada Repolho	Caldo de Mandioca c/ Carne Moída	Goiaba
05/ Março	Quinta-feira	Leite com chocolate e pão com requeijão	Macarronada com Carne Moída + Salada Legumes	Risoto de Frango com Legumes + Sal. Alface	Banana
06/ Março	Sexta-feira	Leite com chocolate e pão com requeijão	Arroz + Feijão +Frango Primavera (frango com tomate, cenoura, brócolis e cebola)	Sopa de Legumes+ Macarrão + Frango Desfiado	Maçã
09/ Março	Segunda- feira	Leite com chocolate e pão com requeijão	Arroz + Feijão + Carne em Iscas com Batata + Salada Pepino	Risoto de Legumes com Pernil Desfiado+ Sal. Tomate	Banana
10/ Março	Terça-feira	Leite com chocolate e pão com requeijão	Arroz+ Feijão + Carne Moída c/ Legumes + Salada Alface	Canja + Legumes+ Sal. Pepino	Melão
11/ Março	Quarta-feira	Leite com chocolate e pão com manteiga	Arroz + Feijão + Pernil Acebolado + Cebola +Tomate + Salada Brócolis	Macarronada c/ Carne Moída+ Sal. Legumes	Laranja
12/ Março	Quinta-feira	Leite com chocolate e pão com requeijão	Galinhadinha + Feijão+ Salada Rúcula	Sopa de Legumes + Macarrão+ Carne moída	Goiaba
13/ Março	Sexta-feira	Leite com chocolate e pão com manteiga	Arroz+Feijão+ Carne Iscas Acebolada c/ Tomate+Cenoura+Brocolis +Sal. Acelga	Risoto de Frango com Legumes + Sal. Alface	Mamão
16/ Março	Segunda- feira	Leite com chocolate e pão com manteiga	Arroz + Feijão + Frango com Legumes+ Salada Repolho	Risoto de Legumes com Pernil Desfiado+ Sal. Tomate	Melancia
17/ Março	Terça-feira	Leite com chocolate e pão com requeijão	Macarronada com Carne Moída + Salada Alface	Caldo de Mandioca c/ Carne Moída	Banana
18/ Março	Quarta-feira	Leite com chocolate e pão com manteiga	Arroz + Feijão + Iscas com Batata+ Cenoura Ref.+ Salada Almeirão	Macarronada c/ Carne Moída+ Sal. Legumes	Maçã
19/ Março	Quinta-feira	Leite com chocolate e pão com requeijão	Arroz + Feijão Maravilha+ Farofa de Couve c/ Cenoura + Sal. Tomate	Sopa de Legumes + Macarrão+ Carne moída	Abacaxi
20/ Março	Sexta-feira	Leite com chocolate e pão com manteiga	Galinhadinha + Feijão+ Salada Pepino c/ Tomate	Sopa Feijão com Legumes+ Macarrão + Carne Moída	Laranja
23/ Março	Segunda- feira	Leite com chocolate e pão com manteiga	Macarronada com Carne Moída + Sal. Legumes	Arroz+ Feijão + Frango Ref.c/ Legumes+ Sal. Tomate	Goiaba
24/ Março	Terça-feira	Leite com chocolate e pão com requeijão	Arroz + Feijão + Frango com Legumes+ Salada Alface	Sopa de Legumes + Macarrão+ Carne moída	Melancia
25/ Março	Quarta-feira	Leite com chocolate e pão com manteiga	Arroz + Feijão + Pernil Acebolado com Tomate+ Sal. Repolho	Caldo de Mandioca c/ Carne Moída	Laranja
26/ Março	Quinta-feira	Leite com chocolate e pão com requeijão	Arroz + Feijão + Carne Moída com Legumes+ Sal. Rúcula	Risoto de Frango com Legumes + Sal. Alface	Maçã
27/ Março	Sexta-feira	Leite com chocolate e pão com manteiga	Arroz + Feijão + Carne Iscas Com Mandioca+ Sal. Brócolis	Sopa de Legumes+ Macarrão + Frango Desfiado	Melão
30/ Março	Segunda- feira	Leite com chocolate e pão com manteiga	Arroz+ Feijão + Carne Moída com Mandioca +Sal. Tomate	Risoto de Frango com Legumes + Sal. Alface	Laranja
31/ Março	Terça-feira	Leite com chocolate e pão com requeijão	Arroz + Feijão + Frango Refogado com Batata e Cenoura + Salada Alface	Sopa de Legumes+ Macarrão + Frango Desfiado	Mamão

**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

