



**MENU DA CANTINA – Março 2020**  
**(Sujeito a Mudanças)**

**Suco e frutas serão servidos todos os dias durante o lanche.**

Dia	Data	Lanche da Manhã	Lanche da Tarde
Segunda	02/03/2020	Biscoito de queijo	Bolo, suco, fruta
Terça	03/03/2020	Pão integral, mussarela	Cookies, suco, fruta
Quarta	04/03/2020	Tapioca de frango, bolo de cenoura	Donuts integral, suco, fruta
Quinta	05/03/2020	Pão de queijo, iogurte	Pão com queijo, suco, fruta
Sexta	06/03/2020	Sanduiche natural	Açaí, suco, fruta
Segunda	09/03/2020	Pão de batata com requeijão	Biscoito PoMilho, suco, fruta
Terça	10/03/2020	Pão de queijo, açaí	Bolo, suco, fruta
Quarta	11/03/2020	Sanduiche baguette	Biscoito de queijo, suco, fruta
Quinta	12/03/2020	Esfirra de carne	Donuts integral, suco, fruta
Sexta	13/03/2020	Bolo formigueiro, cookies, iogurte	Açaí, suco, fruta
Segunda	16/03/2020	Biscoito de queijo	Pão com queijo, suco, fruta
Terça	17/03/2020	Pão de azeite, mussarela	Iogurte, suco, fruta
Quarta	18/03/2020	Empanada integral de frango, bolo de banana	Açaí, suco, fruta
Segunda	23/03/2020	Pão de queijo, vitamina de frutas	Bolo, suco, fruta
Terça	24/03/2020	Pão de batata com requeijão	Iogurte, suco, fruta
Quarta	25/03/2020	Tapioca de frango, bolo de cenoura	Biscoito PoMilho, suco, fruta
Quinta	26/03/2020	Sanduiche natural	Donuts integral, suco, fruta
Sexta	27/03/2020	Biscoito	Açaí, suco, fruta
Segunda	30/03/2020	Esfirra de carne	Biscoito de queijo, suco, fruta
Terça	31/03/2020	Pão de queijo, queijo polenguinho	Açaí, suco, fruta

**Arroz, feijão, saladas, sucos e frutas serão servidos todos os dias durante o almoço.**

Dia	Data	Cardápio de Almoço
Segunda	02/03/2020	Frango grelhado, purê de batata, couve, soja com legumes, sobremesa
Terça	03/03/2020	Bife de pernil grelhado, frango assado, abacaxi grelhado, farofa
Quarta	04/03/2020	Carne de boi grelhada, frango com legumes, repolho, vagem
Quinta	05/03/2020	Peixe com molho de tomate, carne moída, moranga, acelga
Sexta	06/03/2020	Carne cozida, mini pão de sal, frango grelhado, virado de milho, couve flor gratinada
Segunda	09/03/2020	Capecete de queijo, carne moída, pão de alho, brócolis com cenoura, sobremesa
Terça	10/03/2020	Costelinha, molho barbecue, frango grelhado, repolho roxo, abobrinha
Quarta	11/03/2020	Filé de coxa, carne de porco grelhada, espaguete alho e óleo, vagem
Quinta	12/03/2020	Bife à rolê, frango grelhado, baroa, chuchu com ervilha e tomate
Sexta	13/03/2020	Frango grelhado, feijão tropeiro, abacaxi grelhado, couve
Segunda	16/03/2020	Carne de porco assada, omelte de queijo, farofa, legumes sauté, sobremesa
Terça	17/03/2020	Frango assado, carne moída, angu, quiabo
Quarta	18/03/2020	Strogonoffe de frango, carne de boi grelhado, batata corada, brócolis
Segunda	23/03/2020	Lasanha de queijo, frango grelhado, vagem, repolho com tomate, sobremesa
Terça	24/03/2020	Bife de pernil grelhado, filé de coxa, chuchu, creme de milho
Quarta	25/03/2020	Fricassé de frango, carne de boi grelhada, batata sauté, acelga
Quinta	26/03/2020	Almôndega de frango ao sugo, carne de pernil grelhada, espaguete, abobrinha
Sexta	27/03/2020	Carne cozida, mini pão, espetinho de frango, moranga, batata doce assada
Segunda	30/03/2020	Filé de coxa, ratatouille, purê de batata, brócolis, sobremesa
Terça	31/03/2020	Peixe ao molho mediterrâneo, carne moída, couve, vagem com cenoura