

Cardápio Escola Arte Carinho - G1 e G2 - JUNHO/25

	02/06/25 Segunda	03/06/25 Terça	04/06/25 Quarta	05/06/25 Quinta	06/06/25 Sexta
LANCHE	Melão	Banana	Caqui mole	Pera	Maçã
ALMOÇO	Arroz, lentilha, guisadinho com batata e cenoura	Massa gravatinha, feijão, picadinho de frango com vagem, moranga e brócolis	Arroz, feijão, carne com abobrinha e cenoura	Arroz, feijão, peixe com batata, brócolis e cenoura	Polenta, feijão, frango com chuchu e moranga
LANCHE	Manga	Maçã	Banana	Mamão	Buffet de frutas
JANTA	Arroz, lentilha, frango com moranga e espinafre	Arroz, feijão, frango com batata, brócolis e couve-flor	Massa parafuso, feijão, carne com chuchu e cenoura	Arroz, feijão, omelete de forno com legumes	Sopa de legumes com massa de letrinhas e frango
	09/06/25 Segunda	10/06/25 Terça	11/06/25 Quarta	12/06/25 Quinta	13/06/25 Sexta
LANCHE	Maçã	Banana	Manga	Mamão	Pera
ALMOÇO	Arroz, lentilha, picadinho de frango com moranga, chuchu e cenoura	Arroz, feijão carioca, carne com espinafre, batata e vagem	Arroz, feijão, frango com batata doce, brócolis e couve-flor	Massa parafuso, feijão, frango com molho Salada de beterraba cozida e chuchu	Arroz, feijão, carne com couve, moranga e batata Salada de repolho colorido
LANCHE	Melão	Manga	Banana	Maçã	Buffet de frutas
JANTA	Arroz, lentilha, ovo cozido picadinho, batata doce e espinafre	Arroz, feijão carioca, escondidinho de peixe Beterraba e abobrinha	Polenta, feijão, moída de frango com cenoura, chuchu e couve-flor	Massa gravatinha, feijão, frango com cenoura, brócolis e couve-flor	Sopa de feijão com massa conchinha e carne
	16/06/25 Segunda	17/06/25 Terça	18/06/25 Quarta	19/06/25 Quinta	20/06/25 Sexta
LANCHE	Melão	Banana	Melão		Pera
ALMOÇO	Arroz, lentilha, frango com batata, cenoura e espinafre	Polenta, feijão, frango com batata, chuchu e couve-flor	Arroz, feijão carioca, carne com espinafre, vagem e cenoura	Feriado Corpus Christi	Arroz, feijão, guisadinho com cenoura, beterraba e chuchu
LANCHE	Banana	Mamão	Maçã		Buffet de frutas
JANTA	Arroz, lentilha, carne moída com moranga, batata doce e abobrinha	Arroz, feijão, frango com batata, brócolis e cenoura	Arroz, feijão carioca, carne com cenoura, beterraba e abobrinha	Feriado Corpus Christi	Canja de galinha
	23/06/25 Segunda	24/06/25 Terça	25/06/25 Quarta	26/06/25 Quinta	27/06/25 Sexta
LANCHE	Maçã	Caqui mole	Banana	Mamão	Manga
ALMOÇO	Arroz, lentilha, frango com batata, vagem e cenoura	Polenta, feijão, guisadinho de carne com batata doce e abobrinha	Massa tricolor, feijão, frango com moranga, chuchu e espinafre	Arroz, feijão, carne com aipim, brócolis e couve-flor	Arroz, feijão carioca, omelete de forno com legumes
LANCHE	Melão	Banana	Maçã	Pera	Buffet de frutas
JANTA	Arroz, lentilha, frango com moranga, chuchu e espinafre	Massa parafuso, feijão, ovo cozido picadinho, brócolis e couve-flor	Arroz, feijão, peixe com batata e cenoura	Arroz, feijão, carne com moranga, abobrinha e chuchu	Sopa de legumes com massa de letrinhas e frango
	30/06/25 Segunda				
LANCHE	Maçã				
ALMOÇO	Arroz, lentilha, frango com batata e cenoura				
LANCHE	Banana				
JANTA	Arroz, lentilha, frango com moranga, espinafre e brócolis				



OBSERVAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações devido a safra de legumes, verduras e frutas. Após o almoço e jantar será oferecida água filtrada.

Salete Matos
Nutricionista CRN-2 12047
Especialista em Nutrição Materno Infantil
Mestra e Doutora em Saúde da Criança e do Adolescente