



MERENDA CRUZEIRO
CARDÁPIO MARÇO 2024



CARDÁPIO 3 - C3 CRECHE INTEGRAL: CRIANÇAS DE 1 A 3 ANOS E 11 MESES

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA 01/mar
DESJEJUM					Leite batido com polpa de morango e banana , biscoito de polvilho
COLAÇÃO					Melão
ALMOÇO					Arroz e feijão carioca, frango desfiado com cheiro verde, acelga refogada com cenoura em cubos
LANCHE					logurte natural batido com banana e maçã
PRÉ-JANTAR (sopa)					Macarrão ao sugo com carne moída, salada de repolho e tomate

	SEGUNDA-FEIRA 04/mar	TERÇA-FEIRA 05/mar	QUARTA-FEIRA 06/mar	QUINTA-FEIRA 07/mar	SEXTA-FEIRA 08/mar
DESJEJUM	Mingau de amido de milho com banana	Leite batido com abacate e banana, pão com manteiga	Leite batido com maçã e banana, biscoito de polvilho	Leite batido com mamão e banana, bolo de banana	Leite com maçã e mamão, pão com manteiga
COLAÇÃO	Abacaxi	Maçã	Banana	Melancia	Melão
ALMOÇO	Arroz e feijão carioca, omelete de forno com tomate, salada de escarola	Arroz e feijão carioca, carne desfiada com cheiro verde, chuchu na salsa, salada de chicória	Arroz e feijão carioca, frango em cubos dourado, batata assada com salsa, salada de alface	Arroz e feijão carioca, carne moída com polenta, salada de couve	Arroz e feijão carioca, frango em cubos dourado, abóbora na salsa, salada de repolho
LANCHE	Leite batido com maçã e mamão	logurte natural batido com mamão	Frapê de polpa de manga	Mingau de aveia com maçã e banana	Leite batido com abacate e banana
PRÉ-JANTAR (sopa)	Sopa de macarrão, feijão carioca, carne moída, mandioca, abóbora, acelga	Sopa de arroz, feijão carioca, frango, batata doce, cenoura, escarola	Sopa de arroz, feijão carioca, carne desfiado, cará, abobrinha, repolho	Sopa de arroz, feijão carioca, frango em cubos, batata, abóbora, couve	Sopa de macarrão, feijão carioca, carne moída, mandioca, cenoura, acelga

	SEGUNDA-FEIRA 11/mar	TERÇA-FEIRA 12/mar	QUARTA-FEIRA 13/mar	QUINTA-FEIRA 14/mar	SEXTA-FEIRA 15/mar
DESJEJUM	Mingau de aveia com maçã	Leite batido com polpa de morango e banana, biscoito de polvilho	Leite om banana e mamão, pão com manteiga	Leite batido com abacate e banana, bolo de maçã com aveia	Leite batido com mamão e maçã, pão com manteiga
COLAÇÃO	Melão	Banana	Melancia	Manga	Maçã
ALMOÇO	Arroz e feijão carioca, ovo mexidos com cenoura, salada de acelga	Arroz e feijão carioca, carne em cubos com mandioca, salada de alface	Arroz e feijão, frango desfiado com batata doce, repolho refogado	Arroz e feijão carioca, frango desfiado com tomate, escarola refogada	Arroz e feijão carioca, carne moída, purê de abóbora, salada de chicória
LANCHE	Leite batido com banana	logurte natural batido com mamão	Leite batido com maçã e banana	Leite batido com banana e abacate	Mingau de amido de milho com banana
PRÉ-JANTAR (sopa)	Sopa de arroz, feijão carioca, carne moída, batata doce, chuchu, escarola	Sopa de arroz, feijão carioca, frango desfiado, inhame, abóbora, acelga	Sopa de arroz, feijão carioca, carne moída, cará, abobrinha, repolho	Sopa de arroz, feijão carioca, carne desfiada, batata, cenoura, escarola	Sopa de arroz, feijão carioca, frango desfiado, batata doce, abobrinha, couve

	SEGUNDA-FEIRA 18/mar	TERÇA-FEIRA 19/mar	QUARTA-FEIRA 20/mar	QUINTA-FEIRA 21/mar	SEXTA-FEIRA 22/mar
DESJEJUM	Mingau de amido com banana	Leite batido com maçã e banana, pão com manteiga	Leite batido com polpa de manga e banana, bolo de banana	Leite batido com abacate e banana, pão com manteiga	Leite batido com banana, biscoito de polvilho
COLAÇÃO	Melão	Melancia	Mamão	Banana	Maçã
ALMOÇO	Arroz e feijão carioca, omelete de forno com abobrinha, salada de escarola	Arroz e feijão carioca, frango desfiado com cheiro verde, beterraba cozida, salada de couve	Arroz e feijão carioca, carne moída, cenoura na salsa, repolho refogado	Arroz e feijão carioca, ovo mexido com cheiro verde, abobrinha na salsa, salada de acelga	Arroz e feijão carioca, frango em cubos com abóbora, salada de escarola
LANCHE	Leite batido com mamão	Frapê de polpa de goiaba	Leite batido com maçã e banana	logurte natural batido com mamão	Mingau de aveia com banana
PRÉ-JANTAR (sopa)	Sopa de arroz, feijão carioca, frango desfiado, chuchu, abóbora, acelga	Sopa de arroz, feijão carioca, carne moída, mandioca, abobrinha, escarola	Sopa de macarrão, feijão carioca, frango desfiado, cenoura, tomate, repolho	Sopa de arroz, feijão carioca, carne moída, batata, abóbora, couve	Sopa de arroz, feijão carioca, carne desfiada, abobrinha, acelga

	SEGUNDA-FEIRA 25/mar	TERÇA-FEIRA 26/mar	QUARTA-FEIRA 27/mar	QUINTA-FEIRA 28/mar	SEXTA-FEIRA 29/mar
DESJEJUM	Mingau de aveia com banana	Leite batido com mamão e banana, pão com manteiga	Leite batido com maçã e banana, bolo de maçã	Leite batido com polpa de goiaba e banana, pão com manteiga	FERIADO
COLAÇÃO	Melancia	Abacaxi	Mamão	Maçã	
ALMOÇO	Arroz e feijão carioca, ovos mexidos com cenoura, cebola e cheiro verde, salada de acelga	Arroz e feijão carioca, carne moída com cheiro verde e tomate, escarola refogada	Arroz e feijão carioca, frango em cubos, chuchuna salsa, salada de alface	Arroz e feijão carioca, carne moída com abóbora ralada, couve refogada	
LANCHE	Leite batido com mamão e banana	Leite batido com maçã e mamão	Mingau de amido com maçã e banana	Leite batido com banana	
PRÉ-JANTAR (sopa)	Sopa de macarrão, feijão carioca, carne moída, mandioca, abóbora, acelga	Sopa de arroz, feijão carioca, frango desfiado, batata doce, cenoura, escarola	Sopa de arroz, feijão carioca, carne moída, cará, abobrinha, repolho	Sopa de arroz, feijão carioca, frango desfiado, inhame, chuchu, couve	