Escola DESPERTAR
Juntos, despertando conhecimentos.

CARDÁPIO LANCHE TARDE
MARÇO – 2024

DATA	DIA DA SEMANA	LANCHE	FRUTA	SUCO
01/03	6ª feira	Mix de frutas com torradas de pão francês	****	Maracujá
04/03	2ª feira	Omelete de frango	Goiaba	Manga
05/03	3ª feira	Bolo de cenoura	Mamão	Graviola
06/03	4ª feira	**FERIADO – DATA MAGNA**		
07/03	5ª feira	Tapioca de queijo coalho	Maçã	Tangerina
08/03	6ª feira	Batata doce com carne moída	Manga	Laranja
11/03	2ª feira	Milho cozido	Goiaba	Caju
12/03	3ª feira	Sanduiche de queijo	Melão	Cajá
13/03	4ª feira	Mix de frutas com torradas de pão francês	****	Goiaba
14/03	5ª feira	Macaxeira com carne guisada	Mamão	Acerola
15/03	6ª feira	Banana com aveia	****	Cajá
18/03	2ª feira	Inhame com carne de sol	Uva	Caju
19/03	3ª feira	Canja	Melancia	Acerola
20/03	4ª feira	Sanduiche natural de frango com cenoura	Tangerina	Limão
21/03	5ª feira	Cuscuz com ovo	Abacaxi	Uva
22/03	6ª feira	Cachorro-quente	Banana	Goiaba
25/03	2ª feira	Sanduiche natural de atum com cenoura	Melão	Graviola
26/03	3ª feira	Cuscuz com iscas de frango	Manga	Tangerina
27/03	4ª feira	Bolo de laranja	Maçã	Goiaba
28/03	5ª feira	**FERIADO – SEMANA SANTA**		
29/03	6ª feira	**FERIADO – SEMANA SANTA**		

DAYANA SOUZA
Nutricionista – CRN6-37671