

## CARDÁPIO DE JANTAR - ESCOLA PLACE - FEVEREIRO

Segunda 02	Terça 03	Quarta 04	Quinta 05	Sexta 06
Arroz e Feijão Escalopinho ao molho Couve refogada Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Frango desfiado com Legumes Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (grelhado) Polenta cremosa Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Ovo estrelado Cenoura ondulada Salada Fruta e Suco	Mararrão ao sugo Isclas de Frango Chuchu no vapor Salada Fruta e Suco
Segunda 09	Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13
Arroz e Feijão Kibe assado Creme de Abóbora Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Frango Repolho refogado c/ Milho Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Carne assada Couve-flor no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé Mignon Suíno c/ molho Farofa Nutritiva (c/ aveia) Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Nuggets de Frango (caseiro) Batata sauté Salada Fruta e Suco
Segunda 16	Terça 17	Quarta 18	Quinta 19	Sexta 20
			Macarrão ao sugo Filé de Sobrecoxa Abobrinha no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Omelete na chapa Jardineira de Legumes Salada Fruta e Suco
Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	Quinta 26	Sexta 27
Arroz e Feijão Picadinho de Carne Brócolis salteado Salada Fruta e Suco	Arroz e Lentilha Filé de Frango Purê de Mandioquinha Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Bobó de Frango Beterraba no vapor Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Torta de Carne desfiada com Legumes Salada Fruta e Suco	Arroz e Feijão Filé de Peixe (empanado) Acelga c/ Cenoura no vapor Salada Fruta e Suco

Obs.

As saladas, frutas e sucos serão variados de acordo com a safra/estação.

**Cila Omine**  
**Nutricionista**  
**CRN3 5440**

*Cila Omine Ilato*