

DIA	SEMANA	PRATOS QUENTES	SALADAS	FRUTAS
1/mar	SEXTA	ARROZ, FEIJÃO, RISOTO DE BROCOLIS, CARNE DE PANELA, FRANGO CHAPEADO	REPOLHO, CENOURA E PEPINO SALADA	BANANA
4/mar	SEGUNDA	ARROZ, FEIJÃO, MASSA NA MANTEIGA, CARNE MOIDA COM MOLHO, FRANGO CHAPEADO	ALFACE, BETERRABA COZ. E TOMATE	BANANA
5/mar	TERÇA	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA, SOBRECOXA ASSADA, CARNE DE PANELA	ALFACE, CENOURA CRUA E CHUCHU	MELANCIA
6/mar	QUARTA	ARROZ, FEIJÃO, LEGUMES QUENTINHOS, OMELETE, SUINO CHAPEADO	REPOLHO, BETERRABA COZ. E PEPINO SALADA	LARANJA
7/mar	QUINTA	ARROZ, FEIJÃO, NHOQUE SAUTEE, CARNE MOIDA COM MOLHO, FRANGO CHAPEADO	ALFACE, BRÓCOLIS, COUVE FLOR E TOMATE	BANANA
8/mar	SEXTA	ARROZ, FEIJÃO, ESCONDINHO DE FRANGO, BIFE CHAPEADO	REPOLHO, CENOURA COZ. E PEPINO	LARANJA
11/mar	SEGUNDA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA C/ LEGUMES, FRANGO CHAPEADO	ALFACE, TOMATE E CENOURA COZ.	MELANCIA
12/mar	TERÇA	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA CREMOSA, FRANGO ENSOPADO, SUINO CHAPEADO	REPOLHO, BETERRABA COZIDA E PEPINO SALADA	BANANA
13/mar	QUARTA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO, CARNE MOIDA COM MOLHO E FRANGO CHAPEADO	ALFACE, COUVE FLOR E CENOURA CRUA	LARANJA
14/mar	QUINTA	ARROZ, FEIJÃO, PURÊ DE BATATA, FRANGO CROCANTE (ASSADO), OMELETE	ALFACE, BETERRABA COZIDA E TOMATE	BANANA
15/mar	SEXTA	ARROZ, FEIJÃO, BATATA DOCE ASSADA, PEIXE A MILANESA, BIFE CHAPEADO	REPOLHO, CENOURA COZ. E CHUCHU	LARANJA
18/mar	SEGUNDA	ARROZ, FEIJÃO, MASSA NA MANTEIGA, CARNE MOIDA COM MOLHO, SUINO CHAPEADO	ALFACE, BETERRABA COZ. E TOMATE	MELANCIA
19/mar	TERÇA	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA DE CENOURA, FRANGO ASSADO, PICADINHO DE CARNE	ALFACE, CENOURA CRUA E CHUCHU	BANANA
20/mar	QUARTA	ARROZ, FEIJÃO, BATATA DOCE ASSADA, BISTECA CHAPEADA, ISCAS DE CARNE COM MOLHO	REPOLHO, BETERRABA COZ. E PEPINO SALADA	LARANJA
21/mar	QUINTA	ARROZ, FEIJÃO, BATATA PALHA, STROGONOFF DE CARNE, FRANGO CHAPEADO	ALFACE, BRÓCOLIS, COUVE FLOR E TOMATE	BANANA
22/mar	SEXTA	ARROZ, FEIJÃO, PURE DE ABOBORA, BIFE CHAPEADO, OMELETE	REPOLHO, CENOURA COZ. E PEPINO	LARANJA
25/mar	SEGUNDA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA C/ LEGUMES, FRANGO CHAPEADO	ALFACE, TOMATE E CENOURA COZ.	LARANJA
26/mar	TERÇA	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA CREMOSA, FRANGO ENSOPADO, SUINO CHAPEADO	REPOLHO, BETERRABA COZIDA E PEPINO SALADA	BANANA
27/mar	QUARTA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO, CARNE MOIDA COM MOLHO E FRANGO CROCANTE (ASSADO)	ALFACE, COUVE FLOR E CENOURA CRUA	LARANJA
28/mar	QUINTA	ARROZ, FEIJÃO, PURÊ DE BATATA, FRANGO A MILANESA, OMELETE	ALFACE, BETERRABA COZ. E TOMATE	MELANCIA
29/mar	SEXTA	ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE CARNE, FRANGO CHAPEADO	REPOLHO, CENOURA COZ. E CHUCHU	LARANJA

\*\*A KOGIN'S ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SE RESERVA O DIREITO DE ALTERAR QUALQUER PRATO SEM AVISO PRÉVIO, CASO FALTE ALGUM INSUMO PARA O PREPARO.

\*\*A OPÇÃO DE FRUTAS E VERDURAS SÃO FEITAS DE ACORDO COM A ÉPOCA

\*\*A KOGIN'S ALIMENTAÇÃO ESCOLAR E A NUTRICIONISTA NÃO SE RESPONSABILIZAM POR ITENS ADICIONADOS FORA DO CARDÁPIO

NUTRICIONISTA JOANA ZIMMERMANN CRN 8881