

# Cardápio/Colégio de Ághape/Março 2024

				01/03 (sexta-feira) Arroz e feijão Filezinho de frango grelhado Creme de milho Salada de tomate Fruta da época Suco de laranja <b>Refeição da tarde: sopa</b>
04/03 (segunda-feira) Arroz e feijão Cubinhos de frango com tomate Couve-flor ao molho branco Salada de alface Fruta da época Suco de caju <b>Refeição da tarde: sopa</b>	05/03 (terça-feira) Arroz e feijão Carne moída com legumes (batata e cenoura) Salada verde Fruta da época Suco de maracujá <b>Refeição da tarde: sopa</b>	06/03 (quarta-feira) Arroz Feijoada enriquecida Couve manteiga/ farofa Salada de tomate Fruta da época Suco de goiaba <b>Refeição da tarde: sopa</b>	07/03 (quinta-feira) Arroz e feijão Macarrão gravatinha à bolonhesa Salada mista Fruta da época Suco de caju <b>Refeição da tarde: sopa</b>	08/03 (sexta-feira) Arroz e feijão Macarrão espaguete à bolonhesa Salada mista Fruta da época Suco de melão <b>Refeição da tarde: sopa</b>
11/03 (segunda-feira) Arroz e feijão Frango xadrez Brócolis alho e óleo Salada Mix de folhas Fruta da época Suco de uva <b>Refeição da tarde: sopa</b>	12/03 (terça-feira) Arroz e feijão Carne moída com ovos Acelga refogada Salada de tomate Fruta da época Suco de laranja <b>Refeição da tarde: sopa</b>	13/03 (quarta-feira) Arroz e feijão Cubinhos de carne ao molho madeira Batata na manteiga Salada de alface Fruta da época Suco de melancia <b>Refeição da tarde: sopa</b>	14/03 (quinta-feira) Arroz e feijão Macarrão parafuso à bolonhesa Salada mista Fruta da época Suco de maracujá <b>Refeição da tarde: sopa</b>	15/03 (sexta-feira) Arroz e feijão Pernil em cubinhos Purê misto (batata e cenoura) Salada de pepino Fruta da época Suco de limão <b>Refeição da tarde: Sopa</b>
18/03 (segunda-feira) Arroz e feijão Isca de carne acebolada Abobrinha refogada Salada alface com tomate Fruta da época Suco de manga <b>Refeição da tarde: sopa</b>	19/03 (terça-feira) Arroz e feijão Estrogonofe de frango Batata palha Salada Mix de folhas Fruta da época Suco de limão <b>Refeição da tarde: sopa</b>	20/03 (quarta-feira) Arroz Feijoada enriquecida Couve manteiga/ farofa Salada de tomate Fruta da época Suco de uva <b>Refeição da tarde: sopa</b>	21/03 (quinta-feira) Arroz e feijão Macarrão espaguete a bolonhesa Salada mista Fruta da época Suco de caju <b>Refeição da tarde: sopa</b>	22/03 (sexta-feira) Arroz e feijão Omelete colorido (espinafre e tomate) Salada de batata Gelatina Suco de laranja <b>Refeição da tarde: sopa</b>
25/03 (segunda-feira) Arroz e feijão Cubinhos de frango com tomate Creme de milho Salada mix de folhas Fruta da época Suco de goiaba <b>Refeição da tarde: sopa</b>	26/03 (terça-feira) Arroz e feijão Almôndegas ao molho Polenta mole Salada de tomate Fruta da época Suco de melão <b>Refeição da tarde: sopa</b>	27/03 (quarta-feira) Arroz Feijoada enriquecida Couve manteiga/ farofa Salada de tomate Fruta da época Suco de melão <b>Refeição da tarde: sopa</b>	28/03 (quinta-feira) Arroz e feijão Macarrão gravatinha à bolonhesa Salada mista Fruta da época Suco de caju <b>Refeição da tarde: sopa</b>	29/03 (sexta-feira) <b>FERIADO</b>

A sopa é preparada diariamente/ Composição: 1 carne (frango ou carne bovina), 2 -3 legumes, 1 hortaliça, macarrão ou arroz e /ou 1 leguminosa (feijão ou ervilha). Utilizamos somente temperos naturais.

**(\*) O CARDÁPIO ESTÁ SUJEITO À ALTERAÇÕES**