

Cardápio de Fevereiro 2018

Pré I - LEBLON






	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira 01/fev	6ª feira 02/fev
COLAÇÃO					
					
SALADA					
				Alface-americana Tomate Salada de batata com tomate cereja Beterraba ralada	Alface crespa Tomate Grão-de-bico Berinjela
PRATO PRINCIPAL					
				Filé de frango em cubos	Quibe de forno / Carne moída
				Creme de milho Brócolis refogado	Arroz de lentilhas com cebolas douradas Abobrinha refogada
SOBREMESA					
				Manga	Uva
SUCO					
				Morango	Caju
LANCHE					
					

Servimos diariamente arroz branco, arroz integral e feijão.

Os sucos são de polpa de fruta.

Cardápio de Fevereiro 2018

Pré I - LEBLON







	2ª feira 05/fev	3ª feira 06/fev	4ª feira 07/fev	5ª feira 08/fev	6ª feira 09/fev
COLAÇÃO					
		Suco de abacaxi Banana / Mamão	Suco de manga Maçã / Melão	Suco de tangerina Banana / Melancia	Suco de maracujá Maçã / Abacaxi
SALADA					
	Alface crespa Tomate Brócolis com couve-flor Cenoura baby	Alface lisa Tomate Seleta de legumes Pepino com hortelã	Alface-romana Tomate Rúcula com tomate seco e nozes Beterraba ao vinagrete	Alface-americana Tomate Berinjela com tomate Chuchu cozido	Mix de alfaces Tomate Abobrinha no azeite Salada de soja com cenoura
PRATO PRINCIPAL					
	Isclas ao molho madeira	Frango assado desfiado	Goulash	Peixe cozido (Opção: ovos mexidos)	Filé de frango em isclas
	Batata sorriso assada Vagem refogada	Farofa Couve refogada	Macarrão espaguete (molho ao sugo com manjerição à parte) Abóbora refogada	Purê de cenoura Aipim sauté	Batata com alecrim Agridão no bafo
SOBREMESA					
	Melancia	Melão	Mamão	Banana	Uva
SUCO					
	Laranja	Morango	Abacaxi	Uva	Acerola
LANCHE					
		Suco de uva Mini coió com manteiga Maçã / Pera	Suco de pêssego Brioche com queijo minas Banana / Goiaba	Suco de laranja Burecas de queijo Maçã / Laranja	Suco de goiaba Mini coió com queijo mussarela Banana / Maçã

Servimos diariamente arroz branco, arroz integral e feijão.

Os sucos são de polpa de fruta.

Cardápio de Fevereiro 2018


Pré I - LEBLON

	2ª feira 12/fev	3ª feira 13/fev	4ª feira 14/fev	5ª feira 15/fev	6ª feira 16/fev
COLAÇÃO					
					
SALADA					
					
PRATO PRINCIPAL					
					
SOBREMESA					
					
SUCO					
					
LANCHE					
					

Servimos diariamente arroz branco, arroz integral e feijão.

Cardápio de Fevereiro 2018

Pré I - LEBLON

	2ª feira 19/fev	3ª feira 20/fev	4ª feira 21/fev	5ª feira 22/fev	6ª feira 23/fev
COLAÇÃO					
	Suco de acerola Maçã / Laranja	Suco de caju Banana / Mamão	Suco de manga Maçã / Melão	Suco de maracujá Banana / Abacaxi	Suco de pêssego Maçã / Manga
SALADA					
	Alface lisa Tomate Vagem com tomate cereja Repolho roxo	Alface crespa Tomate Salada de batata Ovo de codorna	Mix de alfaces Tomate Brócolis Legumes	Alface-americana Tomate Agrião Ratatoiuille	Alface crespa Tomate Bifun Beterraba com palmito
PRATO PRINCIPAL					
	Carne ensopadinha	Frango desfiado	Peixe cozido (Opção: ovos mexidos)	Bolo de batata de carne moída / Carne moída	Filé de frango em cubos
	Batata assada Ervilha	Farofa Milho espiga	Macarrão Couve-flor	Arroz verde Cenoura baby	Purê de batata Repolho refogado
SOBREMESA					
	Melão	Melancia	Abacaxi	Manga	Uva
SUCO					
	Melancia	Laranja	Uva	Morango	Pêssego
LANCHE					
	Suco de maracujá Mini árabe com cream cheese Banana / Salada de frutas	Suco de tangerina Bolo Maçã / Uva thompson	Suco de caju Torradas com geleia Banana / Pera	Suco de melancia Pão de forma com requeijão Maçã / Goiaba	Aniversariante do mês







Os sucos são de polpa de fruta.



ou use o e-mail: nutricionista.botafogo@liessin.com.br ou use o telefone: 39-1845

Cardápio de Fevereiro 2018

Pré I - LEBLON

	2ª feira 26/fev	3ª feira 27/fev	4ª feira 28/fev	5ª feira	6ª feira
COLAÇÃO					
	Suco de laranja Maçã / Mamão	Suco de manga Banana / Melancia	Suco de tangerina Maçã / Manga		
SALADA					
	Alface lisa Tomate Grão-de-bico com cenoura e milho Abóbora à campanha	Mix de alfaces Tomate Beterraba ralada Cenoura com passas	Alface crespa Tomate Ovo de codorna Berinjela assada		
PRATO PRINCIPAL					
	Frango desfiado	Carne assada em cubinhos	Filé de frango grelhado em iscas		
	Purê de legumes Quiabo	Macarrão Brócolis refogado	Batata doce ao forno Seleta de legumes		
SOBREMESA					
	Melancia	Mamão	Uva		
SUCO					
	Caju	Maracujá	Laranja		
LANCHE					
	Suco de pêssego Mini croissant de queijo Banana / Uva thompson	Leite com achocolatado Mini francês com queijo minas Maçã / Goiaba	Suco de maracujá Brioche com requeijão Banana / Pera		

Servimos diariamente arroz branco, arroz integral e feijão.

Os sucos são de polpa de fruta.