



Débora Vieira
CRN 23659

Secretaria de
Educação

PREFEITURA DE
**TABOÃO
DA SERRA**



CARDÁPIO MARÇO 2024

EMEF, EJA, INTERM

DATA	ALMOÇO/JANTAR
01/03/24	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA PEIXE (PANGA) AO MOLHO (TOMATE E CEBOLA) SALADA DE CHUCHU
04/03/24	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA OVO À PORTUGUESA SALADA DE BETERRABA RALADA, ABACAXI
05/03/24	ARROZ, FEIJÃO PRETO FILÉ MIGNON SUÍNO ACEBOLADO REPOLHO REFOGADO
06/03/24	MACARRÃO AO SUGO CARNE MOÍDA ESCAROLA REFOGADA
07/03/24	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA FRANGO AO MOLHO, POLENTA SALADA DE ACELGA, BANANA
08/03/24	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA CARNE EM CUBOS COM BATATA DOCE SALADA DE PEPINO, TOMATE E CEBOLA
11/03/24	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA OVO MEXIDO COM SALSA ABOBRINHA REFOGADA, MELÃO
12/03/24	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA CARNE EM CUBOS COM MANDIOCA SALADA DE REPOLHO BICOLOR
13/03/24	MACARRÃO AO POMODORO FILÉ DE SOBRECOXA ASSADO SALADA DE ALFACE
14/03/24	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA CARNE MOÍDA COM MADIOQUINHA E CENOURA SALADA DE TOMATE E CEBOLA, MAMÃO
15/03/24	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM ABÓBORA, CHUCHU REFOGADO
18/03/24	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA OMELETE COM ABOBRINHA E SALSA SALADA DE BETERRABA COZIDA, MAÇÃ
19/03/24	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA STROGONOFF DE CARNE BATATA CORADA
20/03/24	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO COUVE REFOGADA
21/03/24	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA FRANGO CAPIRA (FRANGO EM CUBOS, MILHO, TOMATE E SALSA) SALADA DE REPOLHO, MELANCIA
22/03/24	MACARRÃO À BOLONHESA SALADA DE ACELGA COM CENOURA RALADA
25/03/24	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA OVO AO VINAGRETE SALADA DE CENOURA RALADA, MAMÃO
26/03/24	MACARRÃO COM RAGU DE CARNE SALADA DE CHUCHU
27/03/24	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA FRANGO ASSADO COM BATATAS SALADA DE ALFACE, BANANA
28/03/24	SUCO DE MARACUJÁ PÃO COM FRANGO DESFIADO, ALFACE E TOMATE PAVÊ DE CHOCOLATE