

# Cardápio Beija Flor



		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
19/04 a 23/04 17/05 a 21/05	<b>Almoço</b>	Arroz integral, Feijão, creme de legumes com queijo, farofa com ovos e salada de alface e tomate.	Arroz Integral, feijão, quibebe com carne, legumes no vapor e salada de cenoura e alface.	Arroz Integral, Feijão, omelete com legumes e queijo, batata doce, salada de tomate.	Arroz integral, Feijão, peito de frango grelhado, legumes refogado, salada de tomate e cenoura.	Arroz Integral, Feijão, caldeirada de legumes com queijo, salada de beterraba.
	<b>Lanche</b>	Pão caseiro integral, Manteiga/geleia, Chá e Fruta.	Pão caseiro de centeio, Manteiga/geleia, Chá e Fruta.	Pão caseiro integral, Manteiga/geleia, Bolo de laranja, Chá e Fruta.	Pão caseiro de aveia, Manteiga/geleia, Sagu de suco integral de uva, Chá e Fruta.	Pão caseiro integral, logurte c/ cereal integral s/ açúcar, Manteiga/geleia, Chá e Fruta.
26/04 a 30/04 24/05 a 28/05	<b>Almoço</b>	Arroz Integral, Feijão, ovos mexidos, batatas gratinadas (salsa, inglesa e doce) salada de tomate e cenoura.	Arroz Integral, Feijão, macarrão integral com almôndegas, legumes no vapor e salada de alface.	Arroz Integral, Feijão, purê de batatas, molho bolonhesa, salada de alface cenoura.	Arroz integral, feijão, panqueca de espinafre, peito de frango ao molho e salada de pepino e alface.	Arroz Integral, Feijão, ovos mexidos, batata doce e salada de beterraba.
	<b>Lanche</b>	Pão caseiro integral, Manteiga/geleia, Chá e fruta.	Pão caseiro de fibras, Manteiga/geleia, Chá e fruta.	Pão caseiro de centeio, Manteiga/geleia, Bolo de fubá, Chá e Fruta.	Pão caseiro integral, Manteiga/geleia, salada de frutas e chá.	Pão caseiro de aveia e fibras, Manteiga/geleia, Biscoito de Polvilho, Chá e Fruta.
03/05 a 07/05 31/05 a 04/06	<b>Almoço</b>	Arroz Integral, Feijão, Creme de legumes com queijo, farofa com ovos e Salada de repolho e cenoura.	Polenta cremosa, arroz integral e feijão, peito de frango ao molho, Legumes refogados, Salada de beterraba e agrião.	Arroz Integral, Feijão, caldeirada de legumes com queijo, salada de beterraba e tomate.	Arroz Integral, Feijão, bife grelhado, legumes refogados, Salada de alface e tomate	Arroz Integral, Feijão, omelete de legumes, batata doce e salada de alface e beterraba.
	<b>Lanche</b>	Pão caseiro de farelo de trigo, Manteiga/geleia, Chá e Fruta.	Pão caseiro integral Manteiga/geleia, Chá e fruta.	Pão caseiro de aveia, Manteiga/geleia, Bolo de cenoura, Chá e Fruta.	Pão caseiro de fibras, Manteiga/geleia, Sagu de suco natural de laranja, Chá e Fruta.	Pão caseiro de aveia, Manteiga/geleia, logurte com cereal integral sem açúcar, Chá e Fruta.
10/05 a 14/05 07/06 a 11/06	<b>Almoço</b>	Arroz Integral, Feijão, Caldeirada de legumes com queijo, Ovos mexidos, salada de tomate e cenoura	Arroz Integral, Feijão, macarrão integral com almôndegas, legumes no vapor e salada de alface.	Arroz Integral, Feijão, Purê de Batata, molho bolonhesa, Salada de beterraba e Agrião.	Arroz integral, feijão, ovos mexidos, batata doce e sala de cenoura e alface.	Arroz Integral, Feijão, Filé de frango grelhado, Legumes no vapor, Salada de alface e tomate.
	<b>Lanche</b>	Pão caseiro de fibras, Manteiga/geleia, Chá, Fruta	Pão caseiro integral, Manteiga/geleia, Chá, Fruta	Pão caseiro de centeio, Manteiga/geleia, Bolo de milho, Chá e Fruta	Pão caseiro de farelo de trigo, Manteiga/geleia, salada de frutas e Chá.	Pão caseiro integrala, Manteiga/geleia, Biscoito de Polvilho, Chá, Fruta

