

CMEI RAIOS DE LUZ

MARÇO/2023

Bercário A

6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche 1:08:30 Lanche 2:10:00

Lanche 3:12:00 Lanche 4:14:45 Lanche 5:16:00



Segunda feira -

Terça feira -

Quarta feira - 01/03

Quinta feira - 02/03

Sexta feira - 03/03

Lanche 1: Leite

Lanche 1: Leite

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, ensopado de peixe com batatas salada de tomate picadinho

Lanche 2: Papinha de arroz, lentilha, batata doce cozida, carne de porco desfiada e salada de beterraba cozida

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, carne moída ensopada, salada de chuchu cozida

Lanche 3: Leite

Lanche 3: Leite

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de frango com legumes

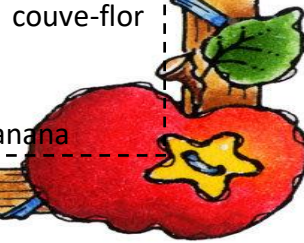
Lanche 4: Polenta com carne de frango desfiada e salada de repolho cozido

Lanche 4: Arroz carreteiro ensopado e salada de couve-flor picadinha

Lanche 5: Laranja

Lanche 5: Manga

Lanche 5: Banana



➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

DANIELA ALINE VAZ PRETO

CRN8 6614

CMEI RAIOS DE LUZ

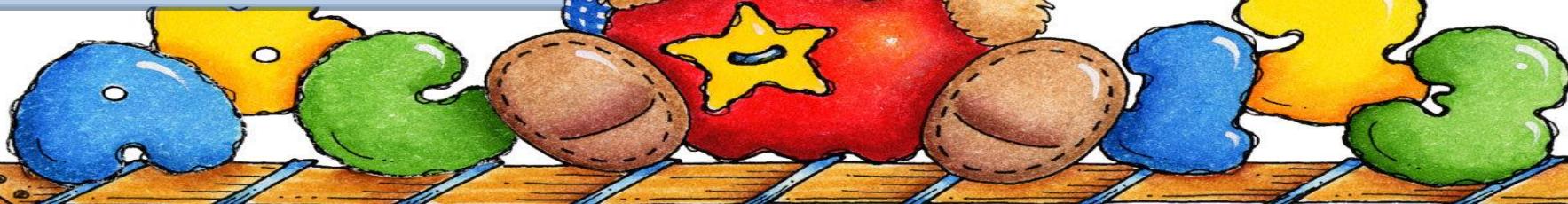
MARÇO/2023

Bercário A

6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche 1:08:30 Lanche 2:10:00

Lanche 3:12:00 Lanche 4:14:45 Lanche 5:16:00



Segunda feira - 06/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, peito de frango desfiado, salada de vagem cozida

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Papinha de macarrão com carne moída ensopada e salada de cenoura cozida

Lanche 5: Mamão

Terça feira - 07/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, ensopado de carne de gado com batatas, salada de beterraba cozida

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de feijão e legumes.

Lanche 5: Laranja

Quarta feira - 08/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, guisado de cabotiá, frango desfiado, salada de couve-flor cozida

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Quirerinha ensopada com carne de porco desfiada e salada de brócolis cozido

Lanche 5: Banana

Quinta feira - 09/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, peixe assado e salada de tomate picadinho

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Polenta com carne moída ensopada e salada de repolho cozido

Lanche 5: Abacaxi picadinho

Sexta feira - 10/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, carne de gado ensopado com batata salsa e salada de chuchu cozido

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Risoto de frango ensopado e salada de acelga picadinha

Lanche 5: Melância

➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

DANIELA ALINE VAZ PRETO

CRN8 6614

CMEI RAIO DE LUZ

MARÇO/2023

Bercário A

6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche 1:08:30 Lanche 2:10:00

Lanche 3:12:00 Lanche 4:14:45 Lanche 5:16:00



Segunda feira - 13/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de macarrão com carne de frango desfiado e salada de beterraba cozida

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de feijão, ovos e legumes

Lanche 5: Laranja

Terça feira - 14/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, carne moída ensopada e salada de cenoura cozida

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Papinha de arroz, batata sauté, frango refogado e salada de repolho cozido

Lanche 5: Mamão

Quarta feira - 15/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, lentilha, carne de porco desfiada, abobrinha e salada de brócolis cozido

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Polenta com carne de frango desfiado e salada de couve-flor cozida

Lanche 5: Melancia

Quinta feira - 16/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, frango desfiado e salada de alface picadinha

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Quirerinha ensopada com carne de porco desfiada e salada de repolho cozido

Lanche 5: Banana

Sexta feira - 17/03

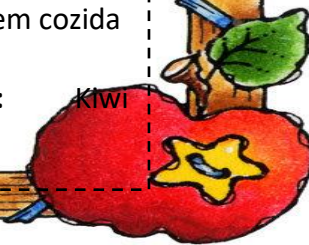
Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de macarrão com carne moída em molho e salada de cenoura cozida

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Arroz carreteiro ensopado e salada de vagem cozida

Lanche 5: Kiwi picadinho



➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

DANIELA ALINE VAZ PRETO

CRN8 6614

CMEI RAI DE LUZ

MARÇO/2023

Bercário A

6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche 1:08:30 Lanche 2:10:00

Lanche 3:12:00 Lanche 4:14:45 Lanche 5:16:00



Segunda feira - 20/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, nhoque com carne de frango desfiado e salada de beterraba cozida

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Papinha de batata com frango desfiado salada de repolho cozido

Lanche 5: Mamão

Terça feira - 21/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, carne de gado desfiada, batata cozida e salada de cenoura cozida

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de frango e legumes

Lanche 5: Maça raspadinha

Quarta feira - 22/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, carne moída ensopada, salada de brócolis cozida

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Risoto de frango ensopado e salada de couve-flor cozida

Lanche 5: Melancia

Quinta feira - 23/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, peixe ensopado, batata sauté e salada de alface picadinha

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Polenta com carne de frango desfiado e salada de repolho cozida

Lanche 5: Banana

Sexta feira - 24/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão peito de frango desfiado, guisado de cabotia salada de vagem cozida

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Macarrão com carne moída ensopado e salada de cenoura cozida

Lanche 5: Mamão

➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

DANIELA ALINE VAZ PRETO

CRN8 6614

CMEI RAIO DE LUZ

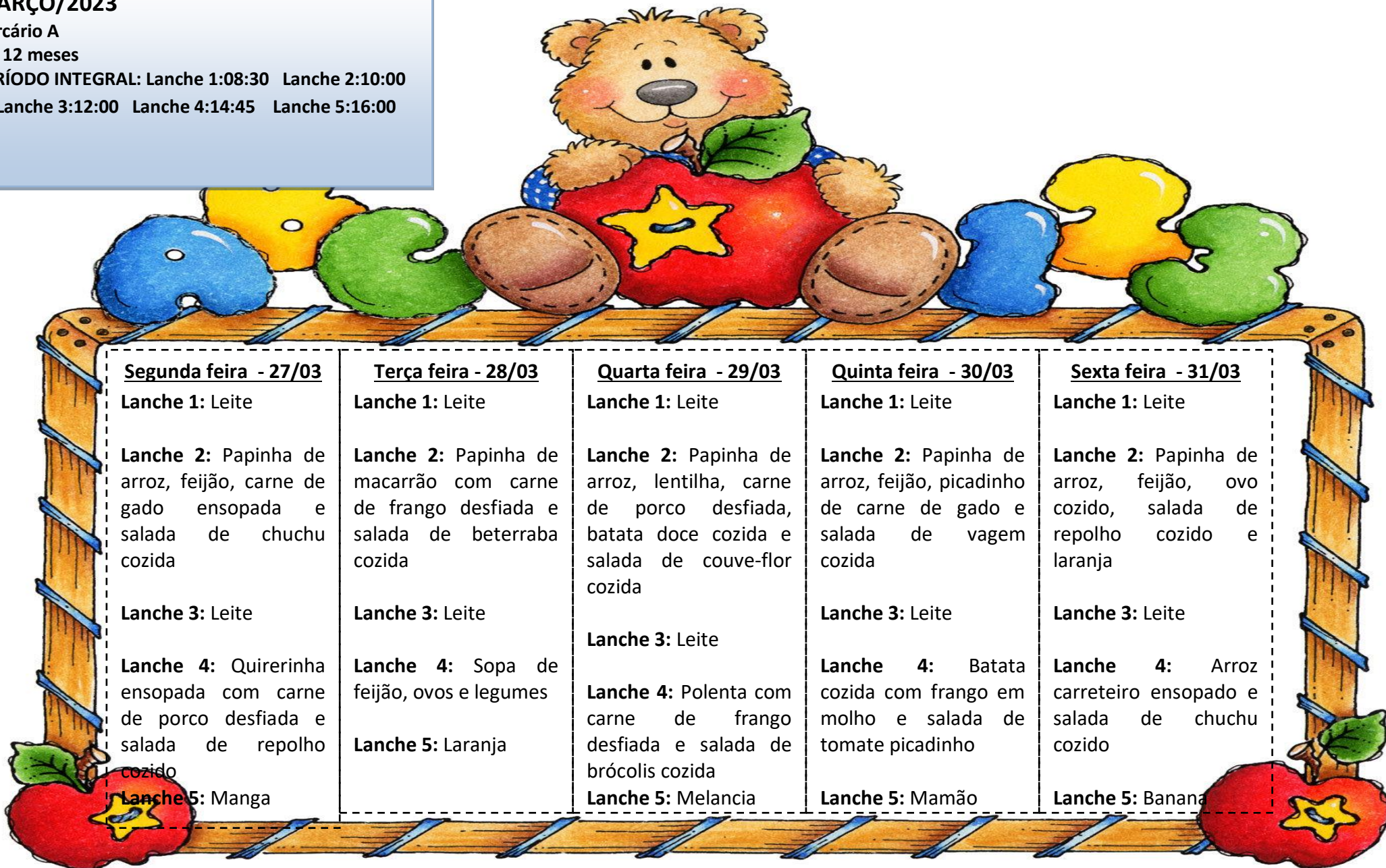
MARÇO/2023

Bercário A

6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche 1:08:30 Lanche 2:10:00

Lanche 3:12:00 Lanche 4:14:45 Lanche 5:16:00



Segunda feira - 27/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, carne de gado ensopada e salada de chuchu cozida

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Quirerinha ensopada com carne de porco desfiada e salada de repolho cozido

Lanche 5: Manga

Terça feira - 28/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de macarrão com carne de frango desfiada e salada de beterraba cozida

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de feijão, ovos e legumes

Lanche 5: Laranja

Quarta feira - 29/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, lentilha, carne de porco desfiada, batata doce cozida e salada de couve-flor cozida

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Polenta com carne de frango desfiada e salada de brócolis cozida

Lanche 5: Melancia

Quinta feira - 30/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, picadinho de carne de gado e salada de vagem cozida

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Batata cozida com frango em molho e salada de tomate picadinho

Lanche 5: Mamão

Sexta feira - 31/03

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, ovo cozido, salada de repolho cozido e laranja

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Arroz carreteiro ensopado e salada de chuchu cozido

Lanche 5: Banana

➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

DANIELA ALINE VAZ PRETO

CRN8 6614

CMEI RAIOS DE LUZ

MARÇO/2023

Berçário B e C e Maternal D e E

1 a 4 anos

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1:08:30 Lanche2:10:00

Lanche3:12:00 Lanche4:15:00 Lanche5:16:00



<u>Segunda feira -</u>	<u>Terça feira -</u>	<u>Quarta feira - 01/03</u>	<u>Quinta feira - 02/03</u>	<u>Sexta feira - 03/03</u>
		Lanche 1: Banana	Lanche 1: Pera	Lanche 1: Uva
		Lanche 2: Arroz, feijão ensopado de peixe com batatas, salada de tomate	Lanche 2: Arroz, lentilha, batata doce, carne de porco e salada de beterraba	Lanche 2: Arroz, feijão, panqueca de carne moída, salada de chuchu
		Lanche 3: Leite	Lanche 3: Leite	Lanche 3: Leite
		Lanche 4: Sopa de frango com legumes	Lanche 4: Polenta com carne de frango e salada de repolho	Lanche 4: Arroz carreteiro e salada de couve-flor
		Lanche 5: Laranja	Lanche 5: Manga	Lanche 5: Banana

➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

DANIELA ALINE VAZ PRETO

CRN8 6614

CMEI RAIO DE LUZ

MARÇO/2023

Berçário B e C e Maternal D e E

1 a 4 anos

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1:08:30 Lanche2:10:00

Lanche3:12:00 Lanche4:15:00 Lanche5:16:00



Segunda feira - 06/03

Lanche 1: Maça

Lanche 2: Arroz, feijão
peito de frango
grelhado salada de
vagem

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Macarrão
com carne moída e
salada de cenoura
cozida

Lanche 5: Mamão

Terça feira - 07/03

Lanche 1: Omelete

Lanche 2: Arroz, feijão,
ensopado de carne de
gado com batatas,
salada de beterraba
ralada

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de
feijão e legumes.

Lanche 5: Laranja

Quarta feira - 08/03

Lanche 1: Mamão

Lanche 2: Arroz, feijão,
guisado de cabotíá
frango refogado,
salada de couve-flor

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Quirerinha
com carne de porco e
salada de brócolis

Lanche 5: Banana

Quinta feira - 09/03

Lanche 1: Maça

Lanche 2: Arroz,
feijão, peixe assado e
salada de tomate

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Polenta com
carne moída e salada
de repolho

Lanche 5: Abacaxi

Sexta feira - 10/03

Lanche 1: Pera

Lanche 2: Arroz, feijão,
carne de gado
ensopada com batata
salsa e salada de
chuchu

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Risoto de
frango e salada de
acelga

Lanche 5: Melancia

➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

DANIELA ALINE VAZ PRETO

CRN8 6614

CMEI RAIOS DE LUZ

MARÇO/2023

Berçário B e C e Maternal D e E

1 a 4 anos

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1:08:30 Lanche2:10:00

Lanche3:12:00 Lanche4:15:00 Lanche5:16:00



Segunda feira - 13/03

Lanche 1: Pão de queijo

Lanche 2: Macarrão com carne de frango e salada de beterraba

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de feijão, ovos e legumes

Lanche 5: Laranja

Terça feira - 14/03

Lanche 1: Melão

Lanche 2: Arroz, feijão, carne moída refogada e salada de cenoura cozida

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Arroz, batata sauté, frango refogado e salada de repolho

Lanche 5: Mamão

Quarta feira - 15/03

Lanche 1: Banana

Lanche 2: Arroz, lentilha, carne de porco refogada, abobrinha e salada de brócolis

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Polenta com carne de frango e salada de couve-flor

Lanche 5: Melancia

Quinta feira - 16/03

Lanche 1: Maça

Lanche 2: Arroz, feijão, estrogonofe de frango e salada de alface

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Quirerinha com carne de porco e salada de repolho

Lanche 5: Banana

Sexta feira - 17/03

Lanche 1: Manga

Lanche 2: Macarrão com carne moída em molho e salada de cenoura

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Arroz carreteiro e salada de vagem

Lanche 5: Kiwi

➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

DANIELA ALINE VAZ PRETO

CRN8 6614

CMEI RAIO DE LUZ

MARÇO/2023

Berçário B e C e Maternal D e E

1 a 4 anos

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1:08:30 Lanche2:10:00

Lanche3:12:00 Lanche4:15:00 Lanche5:16:00



Segunda feira - 20/03

Lanche 1: Melão

Lanche 2: Arroz, feijão, nhoque com carne de frango e salada de beterraba

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Purê de batatas com frango assado e salada de repolho

Lanche 5: Mamão

Terça feira - 21/03

Lanche 1: Vitamina de banana e biscoito salgado

Lanche 2: Arroz, feijão, carne de gado refogada com batatas e salada de cenoura

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de frango e legumes

Lanche 5: Maça

Quarta feira - 22/03

Lanche 1: Banana

Lanche 2: Arroz, feijão, panqueca de carne moída, salada de brócolis

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Risoto de frango e salada de Couve-flor

Lanche 5: Melancia

Quinta feira - 23/03

Lanche 1: Pera

Lanche 2: Arroz, feijão, peixe ensopado, batata sauté e salada de alface

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Polenta com carne de frango e salada de repolho

Lanche 5: Banana

Sexta feira - 24/03

Lanche 1: Maça

Lanche 2: Arroz, feijão peito de frango grelhado, guisado de cabotiá salada de vagem

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Macarrão com carne moída e salada de cenoura cozida

Lanche 5: Mamão

➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

DANIELA ALINE VAZ PRETO

CRN8 6614

CMEI RAIO DE LUZ

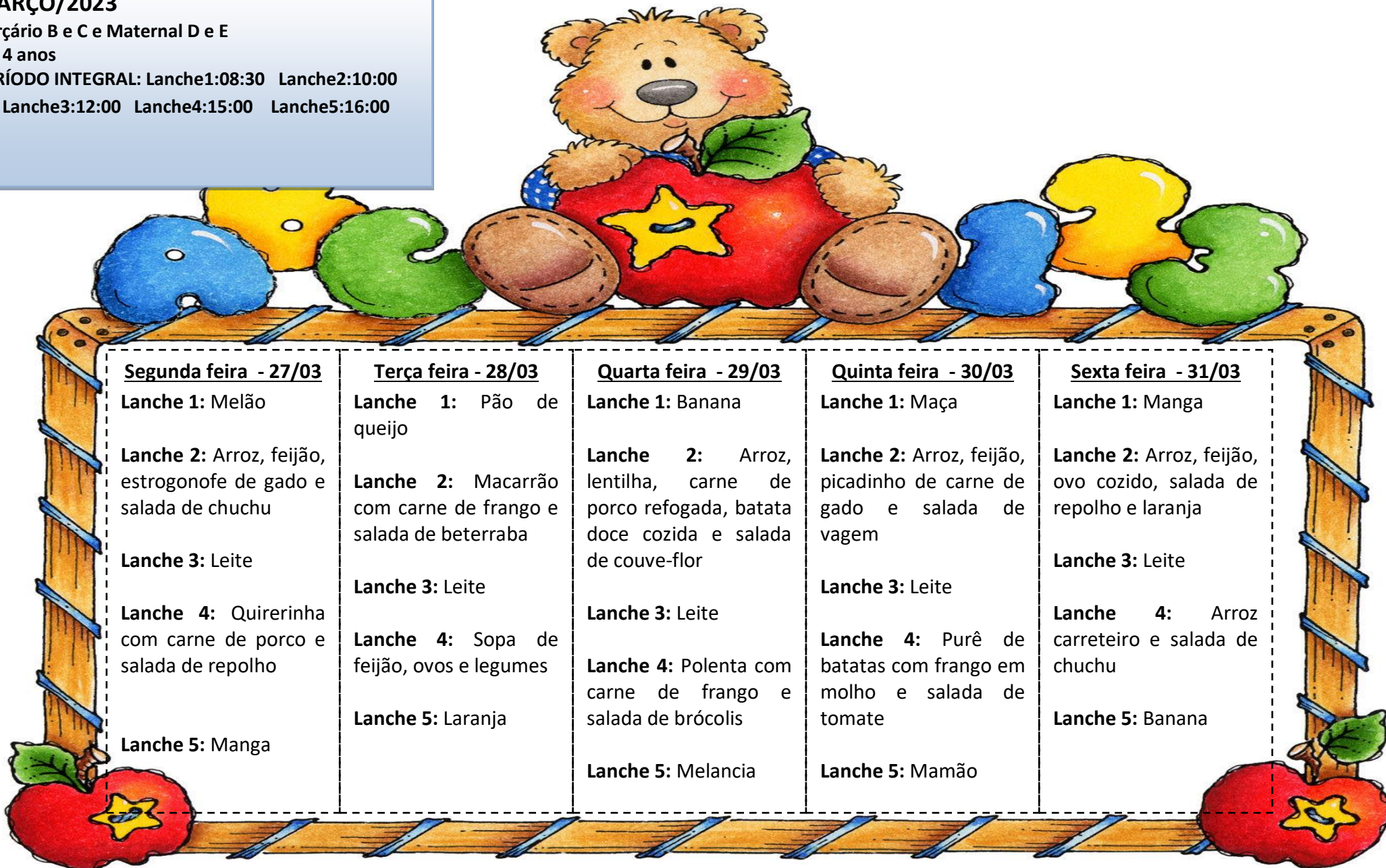
MARÇO/2023

Berçário B e C e Maternal D e E

1 a 4 anos

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1:08:30 Lanche2:10:00

Lanche3:12:00 Lanche4:15:00 Lanche5:16:00



Segunda feira - 27/03

Lanche 1: Melão

Lanche 2: Arroz, feijão, estrogonofe de gado e salada de chuchu

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Quirerinha com carne de porco e salada de repolho

Lanche 5: Manga

Terça feira - 28/03

Lanche 1: Pão de queijo

Lanche 2: Macarrão com carne de frango e salada de beterraba

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de feijão, ovos e legumes

Lanche 5: Laranja

Quarta feira - 29/03

Lanche 1: Banana

Lanche 2: Arroz, lentilha, carne de porco refogada, batata doce cozida e salada de couve-flor

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Polenta com carne de frango e salada de brócolis

Lanche 5: Melancia

Quinta feira - 30/03

Lanche 1: Maça

Lanche 2: Arroz, feijão, picadinho de carne de gado e salada de vagem

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Purê de batatas com frango em molho e salada de tomate

Lanche 5: Mamão

Sexta feira - 31/03

Lanche 1: Manga

Lanche 2: Arroz, feijão, ovo cozido, salada de repolho e laranja

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Arroz carreteiro e salada de chuchu

Lanche 5: Banana

➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

DANIELA ALINE VAZ PRETO

CRN8 6614