

Cardápio da Semana – Turmas Multi-Idades



14/03/22

SEGUNDA

COLAÇÃO

(8h30min e 8h45min)

Maçã

Uva

ALMOÇO

(10h45min e 11h15min)

Beterraba cozida

Repolho

Arroz integral

Feijão preto

Bife acebolado

Massa com molho vermelho

Água

Kiwi

LANCHE DA TARDE

(13h30min e 13h45min)

Maçã

Uva

JANTAR

(15h30min; 15h45min e 16h15min)

Beterraba cozida

Repolho

Arroz integral

Feijão preto

Bife acebolado

Massa com molho vermelho

Água

Kiwi



15/03/22

TERÇA

COLAÇÃO

(8h30min e 8h45min)

Bolo mesclado

Chá de frutas gelado

ALMOÇO

(10h45min e 11h15min)

Alface

Cenoura cozida

Arroz branco

Lentilha

Sobrecoxa assada

Brócolis refogado

Água

Melão

LANCHE DA TARDE

(13h30min e 13h45min)

Bolo mesclado

Chá de frutas gelado

JANTAR

(15h30min; 15h45min e 16h15min)

Alface

Cenoura cozida

Arroz branco

Lentilha

Sobrecoxa assada

Brócolis refogado

Água

Melão



16/03/22

QUARTA

COLAÇÃO

(8h30min e 8h45min)

Banana

Morango

ALMOÇO

(10h45min e 11h15min)

Chuchu cozido

Tomate cereja

Arroz branco

Feijão preto

Carne de panela

Polenta com molho vermelho

Água

Mamão

LANCHE DA TARDE

(13h30min e 13h45min)

Banana

Morango

JANTAR

(15h30min; 15h45min e 16h15min)

Chuchu cozido

Tomate cereja

Arroz branco

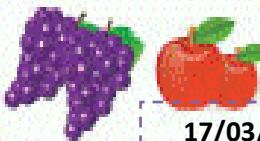
Feijão preto

Carne de panela

Polenta com molho vermelho

Água

Mamão



17/03/22

QUINTA

COLAÇÃO

(8h30min e 8h45min)

"Croissant" de chuchu

logurte

ALMOÇO

(10h45min e 11h15min)

Abobrinha cozida

Brócolis

Arroz branco

Feijão carioca

Bife de frango grelhado

Moranga assada em tiras

Água

Abacaxi

LANCHE DA TARDE

(13h30min e 13h45min)

"Croissant" de chuchu

logurte

JANTAR

(15h30min; 15h45min e 16h15min)

Abobrinha cozida

Brócolis

Arroz branco

Feijão carioca

Bife de frango grelhado

Moranga assada em tiras

Água

Abacaxi



18/03/22

SEXTA

COLAÇÃO

(8h30min e 8h45min)

Manga

Pera

ALMOÇO

(10h45min e 11h15min)

Alface roxa

Cenoura ralada

Arroz branco

Feijão preto

Guisado com molho vermelho

Farofa com couve

Água

Laranja

LANCHE DA TARDE

(13h30min e 13h45min)

Manga

Pera



*Cardápio sujeito a alterações no decorrer da semana.

Susana Berleze de Pelegrini

Nutricionista – Siape: 1159987

CRN₂: 9565