

Cardápio da Semana – Turmas Multi-Idades



04/04/22

SEGUNDA

COLAÇÃO

(8h30min e 8h45min)

Biscoito de polvilho
logurte

ALMOÇO

(10h45min e 11h15min)

Chuchu cozido
Repolho roxo
Arroz branco
Feijão preto
Peito de frango assado
Cenoura refogada
Água
Laranja

LANCHE DA TARDE

(13h30min e 13h45min)

Biscoito de polvilho
logurte

JANTAR

(15h30min; 15h45min e 16h15min)

Chuchu cozido
Repolho roxo
Arroz branco
Feijão preto
Peito de frango assado
Cenoura refogada
Água
Laranja

05/04/22

TERÇA

COLAÇÃO

(8h30min e 8h45min)

Manga
Pera

ALMOÇO

(10h45min e 11h15min)

Beterraba cozida
Rúcula
Arroz integral
Feijão preto
Bife de gado acebolado
Batata assada
Água
Uva

LANCHE DA TARDE

(13h30min e 13h45min)

Pão nutritivo colorido
Suco de laranja

JANTAR

(15h30min; 15h45min e 16h15min)

Alface roxa
Moranga cozida
Arroz branco
Lentilha
Isclas de gado com molho
vermelho
Couve refogada
Água
Maçã

06/04/22

QUARTA

COLAÇÃO

(8h30min e 8h45min)

Bolo de laranja
Leite com cacau

ALMOÇO

(10h45min e 11h15min)

Alface
Cenoura cozida
Arroz branco
Feijão preto
Sobrecoca assada
Batata doce
Água
Ameixa

LANCHE DA TARDE

(13h30min e 13h45min)

Abacate
Banana

JANTAR

(15h30min; 15h45min e 16h15min)

Abobrinha cozida
Tomate
Arroz branco
Feijão preto
Carne suína assada
Mandioca
Água
Manga

07/04/22

QUINTA

COLAÇÃO

(8h30min e 8h45min)

Maçã
Morango

ALMOÇO

(10h45min e 11h15min)

Repolho
Tomate cereja
Arroz branco
Feijão carioca
Hambúrguer caseiro de gado
Polenta mole
Água
Banana

LANCHE DA TARDE

(13h30min e 13h45min)

Biscoito de cacau
Smoothie de banana e
morango

JANTAR

(15h30min; 15h45min e 16h15min)

Berinjela
Beterraba ralada
Arroz branco
Feijão preto
Bife de frango grelhado
Torta de abobrinha
Água
Mamão

08/04/22

SEXTA

COLAÇÃO

(8h30min e 8h45min)

Panqueca americana integral
Suco de abacaxi com hortelã

ALMOÇO

(10h45min e 11h15min)

Brócolis
Cenoura ralada
Arroz branco
Feijão preto
Carne suína assada
Farofa
Água
Caqui

LANCHE DA TARDE

(13h30min e 13h45min)

Maçã
Uva

JANTAR

(15h30min; 15h45min e 16h15min)

Couve-flor
Tomate cereja
Arroz integral
Feijão preto
Guisado
Massa com molho vermelho
Água
Morango



*Cardápio sujeito a alterações no decorrer da semana.

Janice Blanco
Nutricionista CRN₂: 6034

Susana Berleze de Pelegrini
Nutricionista – Siape: 1159987
CRN₂: 9565