

# Cardápio da Semana – Turma Multi-idades

15/08/2022

**COLAÇÃO (8h30m e 8h45m)**

Maçã  
Mamão

**ALMOÇO (10h45m e 11h15m)**

Chuchu cozido  
Tomate cereja  
Arroz branco  
Feijão preto  
Isclas de gado grelhadas  
Polenta  
Água  
Melão

**LANCHE (13h30m e 13h45m)**

Biscoito de polvilho  
Iogurte

**JANTAR  
(15h30m; 15h45m e 16h15m)**

Abobrinha  
Repolho roxo  
Arroz integral  
Feijão preto  
Sobrecoxa assada  
Macarrão alho e óleo  
Água  
Bergamota

16/08/2022

**COLAÇÃO (8h30m e 8h45m)**

Mingau de aveia  
Banana

**ALMOÇO (10h45m e 11h15m)**

Alface  
Moranga cozida  
Arroz branco  
Feijão preto  
Peito de frango grelhado em cubos  
Repolho assado  
Água  
Manga

**LANCHE (13h30m e 13h45m)**

Maçã  
Abacate

**JANTAR  
(15h30m; 15h45m e 16h15m)**

Brócolis  
Cenoura ralada  
Arroz branco  
Feijão carioquinha  
Bife acebolado  
Creme de milho  
Água  
Abacaxi

17/08/2022

**COLAÇÃO (8h30m e 8h45m)**

Kiwi  
Pera

**ALMOÇO (10h45m e 11h15m)**

Beterraba cozida  
Rúcula  
Arroz branco  
Feijão preto  
Escondidinho de mandioca com carne moída  
Água  
Bergamota

**LANCHE (13h30m e 13h45m)**

Pão de queijo  
Suco de laranja

**JANTAR  
(15h30m; 15h45m e 16h15m)**

Chuchu cozido  
Tomate cereja  
Arroz branco  
Feijão preto  
Carne suína assada  
Couve refogada  
Água  
Banana

18/08/2022

**COLAÇÃO (8h30m e 8h45m)**

Bolo de milho  
Suco de abacaxi

**ALMOÇO (10h45m e 11h15m)**

Abobrinha  
Tomate  
Arroz branco  
Feijão preto  
Bife de frango ao molho vermelho  
Couve-flor gratinada  
Água  
Maçã

**LANCHE (13h30m e 13h45m)**

Laranja  
Mamão

**JANTAR  
(15h30m; 15h45m e 16h15m)**

Cenoura cozida  
Pepino  
Arroz branco  
Feijão preto  
Isclas de carne ao molho vermelho  
Batata soute  
Água  
Kiwi

19/08/2022

**COLAÇÃO (8h30m e 8h45m)**

Melão  
Uva

**ALMOÇO (10h45m e 11h15m)**

Beterraba ralada  
Brócolis  
Arroz branco  
Lentilha  
Hambúrguer caseiro de gado  
Batata doce assada  
Água  
Laranja

**LANCHE (13h30m e 13h45m)**

Bolo de abobrinha e cacau  
Chá de frutas

**JANTAR  
(15h30m; 15h45m e 16h15m)**

Tomate  
Couve-flor  
Arroz branco  
Feijão preto  
Bife de frango grelhado  
Cenoura refogada  
Água  
Pera

\*Cardápio sujeito a alterações no decorrer da semana.

