

# Cardápio da Semana – Turma Multi-idades

05/09/2022

**COLAÇÃO (8h30m e 8h45m)**

Abacate  
Banana

**ALMOÇO (10h45m e 11h15m)**

Alface  
Cenoura cozida  
Arroz branco  
Feijão preto  
Almôndega de gado com  
molho vermelho  
Batata soute  
Água  
Maçã

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

Sequinhos  
Suco de morango

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

Brócolis cozido  
Tomate cereja  
Arroz branco  
Feijão preto  
Bife de frango grelhado  
Pizza de berinjela  
Água  
Pera

06/09/2022

**COLAÇÃO (8h30m e 8h45m)**

Bolo de milho  
Chá de frutas morno

**ALMOÇO (10h45m e 11h15m)**

Beterraba ralada  
Couve-flor  
Arroz branco  
Feijão vermelho  
Carne suína assada  
Suflê de espinafre  
Água  
Laranja

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

Melão  
Manga

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

Chuchu cozido  
Repolho roxo  
Arroz branco  
Feijão preto  
Guisado grelhado  
Polenta  
Água  
Kiwi

07/09/2022

**FERIADO**

08/09/2022

**COLAÇÃO (8h30m e 8h45m)**

Granola sem açúcar  
Iogurte

**ALMOÇO (10h45m e 11h15m)**

Moranga cozida  
Pepino  
Arroz branco  
Feijão preto  
Bife de frango com molho  
vermelho  
Milho verde  
Água  
Pera

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

Morango  
Abacaxi

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

Beterraba cozida  
Repolho  
Arroz branco  
Feijão preto  
Bife acebolado  
Purê de batata  
Água  
Manga

09/09/2022

**COLAÇÃO (8h30m e 8h45m)**

Kiwi  
Maçã

**ALMOÇO (10h45m e 11h15m)**

Cenoura cozida  
Rúcula  
Arroz integral  
Feijão preto  
Carne moída ao molho  
Massa ao alho e óleo  
Água  
Banana

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

Brownie de aveia e chocolate  
Chá de frutas morno

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

Couve-flor  
Tomate  
Arroz branco  
Feijão preto  
Carne suína assada  
Quibebe  
Água  
Uva

\*Cardápio sujeito a alterações no decorrer da semana.

