

Cardápio da Semana – Turmas Multi-Idades



14/10/19



15/10/19



16/10/19



17/10/19



18/10/19



18/10/19

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
COLAÇÃO (8h30min) Panqueca Americana iogurte	COLAÇÃO (8h30min) Abacate Maçã	COLAÇÃO (8h30min) Biscoito de aveia Suco de bergamota	COLAÇÃO (8h30min) Abacaxi Mamão	COLAÇÃO (8h30min) Bolo de cacau com abobrinha Leite gelado
ALMOÇO (10h45min – 11h15min) Moranga Tomate Arroz branco Feijão preto Peito de frango em cubos com molho vermelho Repolho refogado Água Manga	ALMOÇO (10h45min – 11h15min) Chuchu cozido Rúcula Arroz branco Lentilha Carne de gado assada Creme de milho Água Mamão	ALMOÇO (10h45min – 11h15min) Alface Cenoura cozida Arroz branco Feijão preto Bife de frango grelhado Batata doce Água Banana	ALMOÇO (10h45min – 11h15min) Beterraba cozida Brócolis Arroz integral Feijão preto Escondidinho de mandioca com iscas de gado Água Laranja	ALMOÇO (10h45min – 11h15min) Tomate Vagem Arroz branco Feijão preto Sobrecoxa assada Quibebe Água Morango
LANCHE (13h15min – 13h45min) Banana Morango	LANCHE (13h15min – 13h45min) Bolo de cenoura Chá de frutas	LANCHE (13h15min – 13h45min) Manga Pera	LANCHE (13h15min – 13h45min) Pão branco com mel Leite com cacau	LANCHE (13h15min – 13h45min) Laranja Maçã
JANTAR (15h45min – 16h15min) Brócolis Cenoura ralada Arroz branco Feijão preto Bife acebolado Purê de batata Água Bergamota	JANTAR (15h45min – 16h15min) Beterraba cozida Couve-flor Feijão preto Risoto Ovo cozido picado Água Abacaxi	JANTAR (15h45min – 16h15min) Chuchu cozido Tomate Arroz branco Feijão de cor Guisado com molho vermelho Polenta Água Uva	JANTAR (15h45min – 16h15min) Moranga Repolho roxo Arroz branco Feijão preto Carne de porco com molho vermelho Milho verde (espiga) Água Maçã	JANTAR (15h45min – 16h15min) Alface Cenoura cozida Arroz integral Feijão preto Carne de panela Massa com molho vermelho Água Melão



*Cardápio sujeito a alterações no decorrer da semana.

Susana Berleze de Pelegrini

Nutricionista – Siape: 1159987

CRN₂: 9565