



Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

02à06 de Março

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM 8h30	Café com leite Pão de trigo com requeijão Fruta: maçã	Suco de laranja com cenoura Omelete com queijo Fruta: banana	Suco de maracujá Biscoito integral de aveia Fruta: goiaba	Suco de uva orgânico Pão de queijo Fruta: mamão	Suco de Tangerina orgânico Pão caseiro de beterraba com queijo Fruta: melão
ALMOÇO 11h	Arroz integral+branco Feijão Rocamble de carne Batata soute Salada: tomate e alface	Arroz integral + branco Feijão Filé de peixe grelhado Batata doce assada Salada: beterraba e cenoura	Arroz integral + branco Feijão Frango assado Purê de batata Salada: brócolis e tomate	Arroz integral +branco Feijão Carne moída com batatas Farofa de couve Salada: espinafre (refogado com alho) e beterraba	Arroz integral+branco Feijão Frango ensopado Salada: couve mineira e cenoura
LANCHEDA TARDE 14h	Suco de abacaxi com hortelã Biscoito caseiro de milho Fruta: banana	Suco de maracujá Bolo de cenoura Fruta: uva	Mix de Frutas Banana, laranja, maçã e uva	Café com leite Ovos mexidos com pão de trigo Fruta: maçã	logurte com granola Fruta: banana
JANTAR 17h	Arroz integral+ branco Feijão Tiras de frango acebolado Farofa de cenoura Salada: brócolis e couve flor	Arroz integral+ branco Isclas de carne com cenoura Purê de abóbora Salada: tomate, chuchu e alface	Arroz integral + branco Feijão Macarrão Carne moída com legumes Salada: beterraba e alface	Arroz integral + branco Feijão Frango ensopado Polenta mole Salada: cenoura e tomate	Sopa de Verduras (carne, cenoura, batata, macarrão cabelo de anjo) com ovo cozido Fruta: uva

Recomendações gerais:

1. Não será ofertado mel, açúcar (bolos, geléias, sobremesa) e café para crianças menores de 02 anos.
2. As frutas e sucos estão sujeitos a substituições em virtude da disponibilidade.
3. O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve).
4. Em caso de restrições alimentares ou oferta de alimentos que seu filho ainda não possa consumir, favor procurar a Coordenação para agendar uma reunião com a Nutricionista (cada caso será avaliado individualmente).



Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

09 à 13 de Março

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM 8h30	Café com leite Ovos cozidos Fruta: banana com canela	Suco de uva Pão de trigo com requeijão Fruta: maçã	Suco de laranja Pão de queijo Fruta: mamão	Café com leite Biscoito caseiro de polvilho Fruta: abacaxi	Suco de maracujá Omelete Fruta: uva
ALMOÇO 11h	Arroz integral+branco Feijão Macarrão Carne de panela com batatas Salada: alface e tomate	Arroz integral+branco Feijão Filé de peito de frango acebolado Farofa de couve Salada: brócolis e cenoura palito	Arroz integral+branco Feijão Carne moída com legumes Salada: couve flor e beterraba	Arroz integral+branco Estrogonofe de frango Farofa de couve Brócolis ao alho e óleo Salada: tomate e alface Sobremesa: Sagú	Arroz integral+branco Feijão Almôndegas Purê de batata Salada: cenoura ralada e beterraba
LANCHE DA TARDE 14h	Suco de laranja com mamão Pão de queijo	Suco de maracujá Bolo de milho Fruta: laranja	logurte Pão de trigo com queijo Fruta: pera	Mix de Frutas banana ,laranja, maçã e uva	Café com leite Pão de beterraba com requeijão Fruta: maçã
JANTAR 17h	Arroz integral+branco Feijão Frango assado Purê de batata Salada: cenoura e brócolis	Arroz integral+branco Feijão Almôndegas Salada: couve flor e tomate	Arroz integral+branco Feijão Peixe no forno com batatas Salada: alface e cenoura	Arroz integral+branco Feijão Carne picadinha ensopada com batatas Farofa de couve Salada: beterraba e cenoura	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e cebolinha verde) Fruta: banana

Recomendações gerais:

1. Não será ofertado mel, açúcar (bolos, geléias, sobremesa) e café para crianças menores de 02 anos.
2. As frutas e sucos estão sujeitos a substituições em virtude da disponibilidade.
3. O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve).
4. Em caso de restrições alimentares ou oferta de alimentos que seu filho ainda não possa consumir, favor procurar a Coordenação para agendar uma reunião com a Nutricionista (cada caso será avaliado individualmente).



Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

16à21 de Março

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM 8h30	Café com leite Pão de trigo com requeijão Fruta: maçã	Suco de laranja com cenoura Omelete com queijo Fruta: banana	Suco de maracujá Biscoito integral de aveia Fruta: goiaba	Suco de uva orgânico Pão de queijo Fruta: mamão	Suco de Tangerina orgânico Pão caseiro de beterraba com queijo Fruta: melão
ALMOÇO 11h	Arroz integral+branco Feijão Rocamble de carne Batata soute Salada: tomate e alface	Arroz integral + branco Feijão Filé de peixe grelhado Batata doce assada Salada: beterraba e cenoura	Arroz integral + branco Feijão Frango assado Purê de batata Salada: brócolis e tomate	Arroz integral +branco Feijão Carne moída com batatas Farofa de couve Salada: espinafre (refogado com alho) e beterraba	Arroz integral+branco Feijão Frango ensopado Salada: couve mineira e cenoura
LANCHE DA TARDE 14h	Suco de abacaxi com hortelã Biscoito caseiro de milho Fruta: banana	Suco de maracujá Bolo de cenoura Fruta: uva	Mix de Frutas Banana, laranja, maçã e uva	Café com leite Ovos mexidos com pão de trigo Fruta: maçã	logurte com granola Fruta: banana
JANTAR 17h	Arroz integral+ branco Feijão Tiras de frango acebolado Farofa de cenoura Salada: brócolis e couve flor	Arroz integral+ branco Isclas de carne com cenoura Purê de abóbora Salada: tomate, chuchu e alface	Arroz integral + branco Feijão Macarrão Carne moída com legumes Salada: beterraba e alface	Arroz integral + branco Feijão Frango ensopado Polenta mole Salada: cenoura e tomate	Sopa de Verduras (carne, cenoura, batata, macarrão cabelo de anjo) com ovo cozido Fruta: uva

Recomendações gerais:

1. Não será ofertado mel, açúcar (bolos, geléias, sobremesa) e café para crianças menores de 02 anos.
2. As frutas e sucos estão sujeitos a substituições em virtude da disponibilidade.
3. O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve).
4. Em caso de restrições alimentares ou oferta de alimentos que seu filho ainda não possa consumir, favor procurar a Coordenação para agendar uma reunião com a Nutricionista (cada caso será avaliado individualmente).



Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

23 à 28 de Março

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM 8h30	Café com leite Ovos cozidos Fruta: banana com canela	Suco de uva Pão de trigo com requeijão Fruta: maçã	Suco de laranja Pão de queijo Fruta: mamão	Café com leite Biscoito caseiro de polvilho Fruta: abacaxi	Suco de maracujá Omelete Fruta: uva
ALMOÇO 11h	Arroz integral+branco Feijão Macarrão Carne de panela com batatas Salada: alface e tomate	Arroz integral+branco Feijão Filé de peito de frango cebollado Farofa de couve Salada: brócolis e cenoura palito	Arroz integral+branco Feijão Carne moída com legumes Salada: couve flor e beterraba	Arroz integral+branco Estrogonofe de frango Farofa de couve Brócolis ao alho e óleo Salada: tomate e alface Sobremesa: Sagú	Arroz integral+branco Feijão Almôndegas Purê de batata Salada: cenoura ralada e beterraba
LANCHE DA TARDE 14h	Suco de laranja com mamão Pão de queijo	Suco de maracujá Bolo de milho Fruta: laranja	logurte Pão de trigo com queijo Fruta: pera	Mix de Frutas banana ,laranja, maçã e uva	LANCHE ANIVERSARIANTES DO MÊS Bolo de laranja Bolo de chocolate Pizza de pão de sanduíche Suco de laranja e uva
JANTAR 17h	Arroz integral+branco Feijão Frango assado Purê de batata Salada: cenoura e brócolis	Arroz integral+branco Feijão Almôndegas Salada: couve flor e tomate	Arroz integral+branco Feijão Peixe no forno com batatas Salada: alface e cenoura	Arroz integral+branco Feijão Carne picadinha ensopada com batatas Farofa de couve Salada: beterraba e cenoura	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e cebolinha verde) Fruta: banana

Recomendações gerais:

1. Não será ofertado mel, açúcar (bolos, geléias, sobremesa) e café para crianças menores de 02 anos.
2. As frutas e sucos estão sujeitos a substituições em virtude da disponibilidade.
3. O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve).
4. Em caso de restrições alimentares ou oferta de alimentos que seu filho ainda não possa consumir, favor procurar a Coordenação para agendar uma reunião com a Nutricionista (cada caso será avaliado individualmente).

CARDÁPIO NUTRICIONAL

30 à 03 de Abril

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM 8h30	Café com leite Pão de trigo com requeijão Fruta: maçã	Suco de laranja com cenoura Omelete com queijo Fruta: banana	Suco de maracujá Biscoito integral de aveia Fruta: goiaba	Suco de uva orgânico Pão de queijo Fruta: mamão	Suco de Tangerina orgânico Pão caseiro de beterraba com queijo Fruta: melão
ALMOÇO 11h	Arroz integral+branco Feijão Rocamble de carne Batata soute Salada: tomate e alface	Arroz integral + branco Feijão Filé de peixe grelhado Batata doce assada Salada: beterraba e cenoura	Arroz integral + branco Feijão Frango assado Purê de batata Salada: brócolis e tomate	Arroz integral +branco Feijão Carne moída com batatas Farofa de couve Salada: espinafre (refogado com alho) e beterraba	Arroz integral+branco Feijão Frango ensopado Salada: couve mineira e cenoura
LANCHE DA TARDE 14h	Suco de abacaxi com hortelã Biscoito caseiro de milho Fruta: banana	Suco de maracujá Bolo de cenoura Fruta: uva	Mix de Frutas Banana, laranja, maçã e uva	Café com leite Ovos mexidos com pão de trigo Fruta: maçã	logurte com granola Fruta: banana
JANTAR 17h	Arroz integral+ branco Feijão Tiras de frango acebolado Farofa de cenoura Salada: brócolis e couve flor	Arroz integral+ branco Isclas de carne com cenoura Purê de abóbora Salada: tomate, chuchu e alface	Arroz integral + branco Feijão Macarrão Carne moída com legumes Salada: beterraba e alface	Arroz integral + branco Feijão Frango ensopado Polenta mole Salada: cenoura e tomate	Sopa de Verduras (carne, cenoura, batata, macarrão cabelo de anjo) com ovo cozido Fruta: uva

Recomendações gerais:

1. Não será ofertado mel, açúcar (bolos, geléias, sobremesa) e café para crianças menores de 02 anos.
2. As frutas e sucos estão sujeitos a substituições em virtude da disponibilidade.
3. O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve).
4. Em caso de restrições alimentares ou oferta de alimentos que seu filho ainda não possa consumir, favor procurar a Coordenação para agendar uma reunião com a Nutricionista (cada caso será avaliado individualmente).