



Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

02 à 06 de Setembro

INTERMEDIÁRIO MARTERNA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM 8h30	Chá de camomila Pão de fatia com pastinha de ricota Fruta: banana	Leite com cacau Pão de leite com queijo Fruta: maçã	Suco de fruta orgânico de laranja com couve Pão de queijo Fruta: laranja	Bolo de cenoura com banana (sem cobertura) Suco de uva orgânico	Suco de fruta orgânico de laranja com abacaxi Queijo quente Fruta: manga
ALMOÇO 11h	Arroz integral+branco Feijão Rocamble de Carne Purê de batata (sem leite) Salada: cenoura e beterraba (+ vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Carne suína assada com batatas coradas Farofa de couve (aveia) Salada: legumes no forno: abobrinha, cenoura, berinjela e tomate Sagu	Arroz integral+branco Macarrão Feijão Carne picadinha com batatinha Salada: couve flor e brócolis Purê de abóbora (+ vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Estrogonofe de frango Salada: brócolis, tomate e alface (+ vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Carne de panela Polenta com molho Salada: vagem ensopada e beterraba (+ vegetais disponíveis)
LANCHE DA TARDE 14h	Suco de laranja com mamão Pão de queijo Fruta: maçã	Chá de erva doce Bolo de maçã e banana com granola Fruta: vergamota	Suco de fruta orgânico de uva Ovos mexidos Fatias de pão tostado Fruta: manga	Mix de frutas (vergamota, banana, morango) e granola	Batida de fruta (mamão e morango) Pão de leite com pastinha de ricota Fruta: banana
JANTAR 17h	Arroz integral+branco Feijão Iscas de frango acebolado Farofa de cenoura Salada: brócolis e tomate (+ vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Peixe ASSADO no forno com cama de batatas Salada: beterraba cozida e alface (+ vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Sobrecoca assada com molho de laranja Salada: repolho em tirinhas e cenoura cozida (rodela) (+ vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Tirinhas de carne ensopada Purê de batatas (sem leite) Salada: cenoura em palito e brócolis Sagu (+ vegetais disponíveis)	Canja de galinha (com cenourinha, batatinha, abobrinha) Pão fatiado Fruta: maçã



Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

09 à 13 de Setembro

INTERMEDIÁRIO MATERNAL	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM 8h30	Leite com cacau Pão de leite com pastinha de ricota Fruta: maçã	Batida de fruta (mamão e morango) Pão fatiado com queijo Fruta: banana	Suco de mamão com laranja Pão fatiado com queijo Fruta: goiaba	Suco de uva orgânico Bolo de cacau (sem cobertura) Fruta: vergamota	Chá de camomila Pão de queijo Fruta: mamão
ALMOÇO 11h	Arroz integral+branco Feijão Macarrão Carne moída com batatinha e chuchu Salada : cenoura e beterraba (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Frango ensopado Farofa de cenoura (aveia) Salada : brócolis e tomate Sagu (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+ branco Feijão Tiras de carne grelhada Batatinha rústica Salada: couve flor e alface purê de abóbora (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Peixe ASSADO na cama de batatas Suflê de chuchu Salada : espinafre com manga picadinha e cenoura em palito	Arroz integral+branco Feijão Carne assada de panela Purê de batata Salada: brócolis e cenoura (+vegetais disponíveis)
LANCHE DA TARDE 14h	Suco de uva orgânico Pão fatiado com queijo Fruta: banana	Leite com cacau Pão de leite com pastinha de ricota Fruta: maçã	Suco de maracujá Pão de beterraba com queijo Fruta: vergamota	Mix de frutas (goiaba, laranja, kiwi) e granola	Limonada com bolo de cenoura (sem cobertura) Fruta: goiaba
JANTAR 17h	Arroz integral+branco Feijão Frango assado Creme de milho Salada: alface e tomate	Arroz integral+branco Feijão Carne suína ao molho de laranja Farofa de cenoura Salada: couve flor e beterraba (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Carne suína com batatas fatiadas Salada: rúcula e tomate	Arroz integral+branco Feijão Carne ensopada Farofa de cenoura Salada: brócolis e couve flor Sagu	Canja de galinha (arroz , batata, cenoura, cebolinha verde) Pão fatiado tostado Fruta: banana



Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

16 a 20 de setembro

INTERMEDIÁRIO MATERNA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM 8h30	Chá de camomila Pão de fatia com pastinha de ricota Fruta: banana	Leite com cacau Pão de leite com queijo Fruta: maçã	Suco de fruta orgânico de laranja com couve Pão de queijo Fruta: laranja	Bolo de cenoura com banana (sem cobertura) Suco de uva orgânico	Suco de fruta orgânico de laranja com abacaxi Queijo quente Fruta: manga
ALMOÇO 11h	Arroz integral+branco Feijão Rocambole de Carne Purê de batata (sem leite) Salada: cenoura e beterraba (+ vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Carne suína assada com batatas coradas Farofa de couve (aveia) Salada: legumes no forno: abobrinha, cenoura, berinjela e tomate Sagu	Arroz integral+branco Macarrão Feijão Carne picadinha com batatinha Salada: couve flor e brócolis Purê de abóbora (+ vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Estrogonofe de frango Salada: brócolis, tomate e alface (+ vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Carne de panela Polenta com molho Salada: vagem ensopada e beterraba (+ vegetais disponíveis)
LANCHE DA TARDE 14h	Suco de laranja com mamão Pão de queijo Fruta: maçã	Chá de erva doce Bolo de maçã e banana com granola Fruta: vergamota	Suco de fruta orgânico de uva Ovos mexidos Fatias de pão tostado Fruta: manga	Mix de frutas (vergamota, banana, morango) e granola	Batida de fruta (mamão e morango) Pão de leite com pastinha de ricota Fruta: banana
JANTAR 17h	Arroz integral+branco Feijão Iscas de frango acebolado Farofa de cenoura Salada: brócolis e tomate (+ vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Peixe ASSADO no forno com cama de batatas Salada: beterraba cozida e alface (+ vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Sobrecoca assada com molho de laranja Salada: repolho em tirinhas e cenoura cozida (rodela) (+ vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Tirinhas de carne ensopada Purê de batatas (sem leite) Salada: cenoura em palito e brócolis Sagu (+ vegetais disponíveis)	Canja de galinha (com cenourinha, batatinha, abobrinha) Pão fatiado Fruta: maçã



Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

23 a 27 de Setembro

INTERMEDIÁRIO MATERNAL	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM 8h30	Leite com cacau Pão de leite com pastinha de ricota Fruta: maçã	Batida de fruta (mamão e morango) Pão fatiado com queijo Fruta: banana	Suco de mamão com laranja Pão fatiado com queijo Fruta: goiaba	Suco de uva orgânico Bolo de cacau (sem cobertura) Fruta: vergamota	Chá de camomila Pão de queijo Fruta: mamão
ALMOÇO 11h	Arroz integral+branco Feijão Macarrão Carne moída com batatinha e chuchu Salada : cenoura e beterraba (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Frango ensopado Farofa de cenoura (aveia) Salada : brócolis e tomate Sagu (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+ branco Feijão Tiras de carne grelhada Batatinha rústica Salada: couve flor e alface purê de abóbora (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Peixe ASSADO na cama de batatas Suflê de chuchu Salada : espinafre com manga picadinha e cenoura em palito	Arroz integral+branco Feijão Carne assada de panela Purê de batata Salada: brócolis e cenoura (+vegetais disponíveis)
LANCHE DA TARDE 14h	Suco de uva orgânico Pão fatiado com queijo Fruta: banana	Leite com cacau Pão de leite com pastinha de ricota Fruta: maçã	Suco de maracujá Pão de beterraba com queijo Fruta: vergamota	Mix de frutas (goiaba, laranja, kiwi) e granola	ANIVERSARIANTES DO MÊS Pastelzinho de carne moída no forno Bolo de milho (fubá) Bolo de cacau (s/cobertura) Suco de uva e laranja orgânico
JANTAR 17h	Arroz integral+branco Feijão Frango assado Creme de milho Salada: alface e tomate	Arroz integral+branco Feijão Carne suína ao molho de laranja Farofa de cenoura Salada: couve flor e beterraba (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Carne suína com batatas fatiadas Salada: rúcula e tomate	Arroz integral+branco Feijão Carne ensopada Farofa de cenoura Salada: brócolis e couve flor Sagu	Canja de galinha (arroz , batata, cenoura, cebolinha verde) Pão fatiado tostado Fruta: banana

