



Responsável técnica  
Marivone Rosa – Nutricionista  
CRN 10-211

## CARDÁPIO NUTRICIONAL

30 à 04 de Julho

### INTERMEDIÁRIO MATERNAL

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>DESJEJUM</b> 8h30	Suco de laranja integral orgânico Pão fatiado com queijo Fruta: banana	Leite batido com cacau Pão caseiro de beterraba com queijo Fruta: vergamota	Suco de uva integral orgânico Ovos mexidos Pão de fatia Fruta: maçã	logurte de fruta Granola Fruta: banana	Panqueca de banana (com cacau) Fruta: mamão
<b>ALMOÇO</b> 11h	Arroz integral+branco Feijão Carne de panela Batatas doce em fatias finas no forno (tipo chips) Salada : brócolis e beterraba (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Estrogonofe de frango Bolinho de espinafre (forno) Salada: tomate e couve flor (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+ branco Feijão Macarrão Carne suína ao molho de laranja Salada: cenoura e repolho roxo (tirinhas) (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Peixe no forno (cama de batatas) Salada: tomate e alface (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Almôndega (forno) Purê de batatas Salada : brócolis e cenoura (+vegetais disponíveis)
<b>LANCHE DA TARDE</b> 14h	Suco de uva integral orgânico Biscoitos da agricultura familiar Fruta: maçã	logurte de fruta Granola Fruta:mamão	Chás de camomila Bolo de banana com aveia e cacau Fruta: vergamota	Mix de Frutas (maçã, laranja e banana)	Suco de laranja integral orgânico Pão de fatia com pastinha de ricota Fruta: maçã
<b>JANTAR</b> 17h	Arroz integral+branco Feijão Macarrão Carne moída Salada: alface e cenoura	Arroz integral+branco Feijão Peixe no forno Purê de batatas Salada: rúcula e beterraba	Arroz integral+branco Feijão Frango ensopado Polenta Salada: tomate e couve flor Sagu de uva	Arroz integral+branco Feijão Carne suína assada Farofa de cenoura Salada : brócolis e cenoura	Canja de galinha (arroz ,batata, cenoura, cebolinha verde) Pão fatiado Fruta: banana



## CARDÁPIO NUTRICIONAL

07 à 11 de Julho

### INTERMEDIÁRIO MATERNA

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>DESJEJUM</b> 8h30	Suco de uva integral orgânico Biscoitos da agricultura familiar ( interm.: pão fatiado com queijo) Fruta: banana	logurte de frutas Granola Fruta: maçã	Suco de laranja integral orgânico Pão fatiado com pasta de ricota Fruta: vergamota	Suco de uva integral orgânico Biscoito de aveia caseiro orgânico( interm.:pão fatiado com pastinha de grão de bico) Fruta: mamão	Suco de maracujá Bolo de fubá de milho Intermediário: ovos mexidos com pão fatiado Fruta: manga
<b>ALMOÇO</b> 11h	Arroz integral+branco Feijão Rocambolo de Carne Moída Purê de batata Salada: brócolis e tomate (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Peito de frango grelhado Farofa de cenoura (aveia) Salada: beterraba e alface (+vegetais disponíveis) Sagu de uva	Arroz integral+branco Feijão Macarrão Carne suína assada com molho de laranja Purê de batata Salada: couve flor gratinada e cenoura (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Peixe assado (cama de batatas) Salada: tomate e alface (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Estrogonofe de carne Salada: legumes no forno – abobrinha , cenoura , berinjela e tomate (+vegetais disponíveis)
<b>LANCHE DA TARDE</b> 14h	Suco de laranja integral orgânico Pão de queijo Fruta : maçã	Suco de uva integral orgânico Ovos mexidos Pão em fatias Fruta: vergamota	Leite batido com cacau Bolo de aveia e banana com granola (sem açúcar) Fruta: banana	Mix de frutas: manga , banana e pera	<b>ANIVERSARIANTES DO MÊS</b> Bolo de laranja e Pipoca Biscoitos da agricultura familiar P/inter.:Panqueca de banana Suco de laranja e uva org.
<b>JANTAR</b> 17h	Arroz integral+branco Feijão Macarrão Frango ensopadinho Salada: couve flor e beterraba (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Peixe no forno (cama de batatas) Salada: brócolis e beterraba (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Filé de frango acebolado Farofa de cenoura (aveia) Salada: tomate e alface (+vegetais disponíveis) Sagu de uva	Arroz integral+branco Feijão Macarrão Carne ensopada picadinha com batatinha Salada: brócolis e cenoura (+vegetais disponíveis)	Sopa de Verduras ( c/carne) Pão fatiado torrado Fruta: banana



Responsável técnica  
Marivone Rosa – Nutricionista  
CRN 10-211

## CARDÁPIO NUTRICIONAL

14 à 18 de Julho

**INTERMEDIÁRIO  
MATERNAL**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>DESJEJUM</b> 8h30	Suco de laranja integral orgânico Pão fatiado com queijo Fruta: banana	Leite batido com cacau Pão caseiro de beterraba com queijo Fruta: vergamota	Suco de uva integral orgânico Ovos mexidos Pão de fatia Fruta: maçã	logurte de fruta Granola Fruta: banana	SEM AULA
<b>ALMOÇO</b> 11h	Arroz integral+branco Feijão Carne de panela Batatas doce em fatias finas no forno (tipo chips) Salada : brócolis e beterraba (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Estrogonofe de frango Bolinho de espinafre (forno) Salada: tomate e couve flor (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+ branco Feijão Macarrão Carne suína ao molho de laranja Salada: cenoura e repolho roxo (tirinhas) (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Peixe no forno ( cama de batatas) Salada: tomate e alface (+vegetais disponíveis)	
<b>LANCHE DA TARDE</b> 14h	Suco de uva integral orgânico Biscoitos da agricultura familiar Fruta: maçã	logurte de fruta Granola Fruta:mamão	Chás de camomila Bolo de banana com aveia e cacau Fruta: vergamota	Mix de Frutas (maçã, laranja e banana)	
<b>JANTAR</b> 17h	Arroz integral+branco Feijão Macarrão Carne moída Salada: alface e cenoura	Arroz integral+branco Feijão Peixe no forno Purê de batatas Salada: rúcula e beterraba	Arroz integral+branco Feijão Frango ensopado Polenta Salada: tomate e couve flor Sagu de uva	Arroz integral+branco Feijão Carne suína assada Farofa de cenoura Salada : brócolis e cenoura	



## CARDÁPIO NUTRICIONAL

### 28 à 01 de Agosto

<b>INTERMEDIÁRIO MATERNA</b>	<b>SEGUNDA</b>	<b>TERÇA</b>	<b>QUARTA</b>	<b>QUINTA</b>	<b>SEXTA</b>
<b>DESJEJUM</b> 8h30	Suco de uva integral orgânico Biscoitos da agricultura familiar Fruta: banana	logurte de frutas Granola Fruta: maçã	Suco de laranja integral orgânico Pão fatiado com pasta de ricota Fruta: vergamota	Suco de uva integral orgânico Biscoito de aveia caseiro orgânico Fruta: mamão	Suco de maracujá Bolo de fubá de milho Intermediário: ovos mexidos com pão fatiado Fruta: manga
<b>ALMOÇO</b> 11h	Arroz integral+branco Feijão Rocambole de Carne Moída Purê de batata Salada: brócolis e tomate (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Peito de frango grelhado Farofa de cenoura (aveia) Salada: beterraba e alface (+vegetais disponíveis) Sagu de uva	Arroz integral+branco Feijão Macarrão Carne suína assada com molho de laranja Purê de batata Salada: couve flor gratinada e cenoura (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Peixe assado (cama de batatas) Salada: tomate e alface (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Estrogonofe de carne Salada: legumes no forno – abobrinha, cenoura, berinjela e tomate (+vegetais disponíveis)
<b>LANCHE DA TARDE</b> 14h	Suco de laranja integral orgânico Pão de queijo Fruta : maçã	Suco de uva integral orgânico Ovos mexidos Pão em fatias Fruta: vergamota	Leite batido com cacau Bolo de aveia e banana com granola (sem açúcar) Fruta: banana	Mix de frutas: manga, banana e pera	logurte de frutas com granola Biscoitos da agricultura familiar Fruta: vergamota
<b>JANTAR</b> 17h	Arroz integral+branco Feijão Macarrão Frango ensopadinho Salada: couve flor e beterraba (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Peixe no forno (cama de batatas) Salada: brócolis e beterraba (+vegetais disponíveis)	Arroz integral+branco Feijão Filé de frango acebolado Farofa de cenoura (aveia) Salada: tomate e alface (+vegetais disponíveis) Sagu de uva	Arroz integral+branco Feijão Macarrão Carne ensopada picadinha com batatinha Salada: brócolis e cenoura (+vegetais disponíveis)	Sopa de Verduras Pão fatiado torrado Fruta: banana