

CARDÁPIO

BERÇÁRIO 6 MESES

<i>Semana de 09 a 13 de março</i>					
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Almoço	<i>1 gema, inhame, chuchu, cenoura e caldo de feijão</i>	<i>Frango ensopado, beterraba, batata doce, chuchu e feijão preto</i>	<i>Carne ensopada, abobrinha, cenoura, inhame e feijão carioquinha</i>	<i>1 gema, abóbora, abobrinha, batata e feijão preto</i>	<i>Frango ensopado, chuchu, batata doce, beterraba e feijão preto</i>
Lanche	<i>Banana amassadinha</i>	<i>Melancia e Pêra</i>	<i>Mamão amassadinho</i>	<i>Banana amassadinha</i>	<i>Manga e banana</i>
Jantar	<i>Frango ensopadinho, cenoura, abobrinha, batata e caldo de feijão</i>	<i>Carne ensopadinha, beterraba, batata doce, chuchu e feijão preto</i>	<i>Frango ensopadinho, cenoura, inhame, abobrinha e feijão carioquinha</i>	<i>Carne ensopadinha, abóbora, abobrinha, batata e feijão preto</i>	<i>Frango ensopado, chuchu, batata doce, beterraba e feijão preto</i>

- 1- *Sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade e sazonalidade*
- 2- *Este cardápio poderá ser modificado de acordo com as necessidades especiais da criança*



CARDÁPIO

BERÇÁRIO E MATERNAL

<i>Semana de 02 a 06 de março</i>					
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Colação	Melão	Mamão	Maçã	Mamão	Melancia
Almoço	Espaguete ao sugo; Feijão preto; Ovo cozido; Salada alegria <i>(couve flor e cenoura)</i>	Arroz; Feijão preto; Frango ensopado; Salada crocante <i>(couve e beterraba)</i>	Arroz; Feijão carioquinha; Carne moída; Salada bicolor <i>(espinafre e abobrinha)</i>	Arroz; Feijão preto; Filé de cação ensopado; Abóbora assada; Salada de agrião	Arroz; Feijão Preto; Frango ensopado; Salada de batata doce e rúcula
Sobremesa	Manga	Maçã	Banana	Melancia	Mamão
Lanche	Maçã cozida; <i>Banana;</i> <u>Suco de lima</u>	Bolo de laranja c/ maçã e aveia; <i>Melancia;</i> <u>Suco de manga</u>	Bisc. polvilho; <i>Mamão;</i> <u>Suco de melão c/ laranja</u>	<u>Dia das frutas</u> Banana e manga; <u>Suco de maçã</u> <i>*com aveia</i>	Pão francês c/ azeite; <i>Manga;</i> <u>Suco de melancia</u>
Jantar	Sopa caipira <i>(canja);</i>	Espaguete ao sugo; Feijão preto; Ovo cozido; Salada crocante <i>(couve e beterraba)</i>	Risoto de carne moída, couve e tomate; Feijão preto	Idem ao almoço	Sopa do Hulk; <i>(ervilha c/ carne)</i>
Sobremesa	Mamão	Banana	Melancia	Melão	Maçã

- 1- Sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade e sazonalidade
- 2- Este cardápio poderá ser modificado de acordo com as necessidades especiais da criança



GILDA MARINS
NUTRICIONISTA
CRN - 11100931

CARDÁPIO



Gr1, Gr2 e Gr3

Semana de 09 a 13 de março

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
COLAÇÃO	Melão	Mamão	Maçã	Mamão	Melancia
ALMOÇO	Espaguete ao sugo; Feijão preto; Ovo cozido; Salada alegria (couve flor e cenoura)	Arroz; Feijão preto; Frango ensopado; Salada crocante (alface e beterraba)	Arroz; Feijão carioquinha; Hambúrguer Catavento; Salada bicolor (espinafre e tomate)	Arroz; Feijão preto; Filé de cação ensopado; Abóbora assada; Salada tricolor (agrião, ervilha e milho)	Arroz; Feijão Preto; Frango grelhado acebolado; Salada verão (batata doce e tomate)
SOBREMESA	Manga	Maçã	Banana	Melancia	Mamão
LANCHE	Bisc. de sal integral c/ geleia 100% fruta; <i>Banana;</i> <i>Laranjada</i>	Bolo de laranja c/ aveia; <i>Melancia;</i> <i>Suco de manga</i>	Pão de forma integral c/ pasta de frango; <i>Mamão;</i> <i>Limonada</i>	<u>Dia das frutas</u> Banana, maçã e manga <i>*com aveia</i>	Bisc. integral de banana, aveia e canela; <i>Manga;</i> <i>Suco de melancia</i>
JANTAR	Sopa caipira (canja);	Espaguete ao sugo; Feijão preto; Ovo cozido; Salada crocante (alface e beterraba)	Risoto de carne moída, couve e tomate; Feijão preto	Idem ao almoço	Sopa do Hulk; (ervilha c/ carne)
SOBREMESA	Mamão	Banana	Melancia	Melão	Maçã

- 1- Sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade e sazonalidade
- 2- Este cardápio poderá ser modificado de acordo com as necessidades especiais da criança

CARDÁPIO

Ensino Fundamental Semana de 02 a 06 de março

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
COLAÇÃO	Melão	Mamão	Maçã	Mamão	Melancia
ALMOÇO	Espaguete ao sugo; Feijão preto; Ovo cozido; Salada alegria (couve flor e cenoura)	Arroz; Feijão preto; Frango ensopado; Salada crocante (alface e beterraba)	Arroz; Feijão carioquinha; Hambúrguer Catavento; Salada bicolor (espinafre e tomate)	Arroz; Feijão preto; Filé de cação ensopado; Abóbora assada; Salada tricolor (agrião, ervilha e milho)	Arroz; Feijão Preto; Frango grelhado acebolado; Salada verão (batata doce e tomate)
SUCO	Ref. de caju	Laranjada	Melancia	Limonada	Manga
SOBREMESA	Manga	Maçã	Banana	Melancia	Mamão

- 1- Sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade e sazonalidade
- 2- Este cardápio poderá ser modificado de acordo com as necessidades especiais da criança

