

PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

Turma:
Grupo 3, 4 e 5

Período:
15/02 a 19/02

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
15/fev	16/fev	17/fev	18/fev	19/fev
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Melão	Torrada	Banana	Rosquinha	frutas diversas
	Suco de goiaba		Suco de manga	
ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
Polenta recheada de Frango	Carne ensopada	Isca de boi acebolada	Frango ensopado	Omelete de atum
	Legumes	Macarrão alho e óleo	Purê de Batata	Pirão
Arroz integral	Arroz Branco		Arroz Branco	Arroz integral
Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão inteiro	Feijão inteiro
abobrinha/espinafre	beterraba/couve	cenoura/agrião	tomate/alface	chuchu/repolho
Sob: maça	Sob: banana	Sob: pera	Sob: melancia	Sob: goiaba
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
frutas diversas	Mini pão com azeite	Bolo de cenoura	Frutas com aveia	Rosquinha integral
	Suco Manga	Suco de goiaba		Suco de maracujá
JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR
quibe assado	Frango assado	Peixe Assado com legumes	Isca de Carne	Frango ao molho sugo
Abóbora refogada	Farofa colorida		Macarrão ao sugo	canjiquinha
Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral		Arroz integral
Feijão inteiro	Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão inteiro
batata/ alface	cenoura/espinafre	chuchu/repolho roxo	quiabo/couve	quiabo/couve
Sob: Banana	Sob: maça	Sob: mamão	Sob: goiaba	Sob: melão
OBS: CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES EM VIRTUDE DA DISPONIBILIDADE DOS FORNECEDORES			Rizziani S. Reggiani	
			Nutricionista/CRN ES 06101295	