

PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

Turma:
Grupo 3, 4 e 5

Período:
21/12 a 25/12

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
21/dez	22/dez	23/dez	24/dez	25/dez
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Maça	Rosquinha	goiaba		
	Suco de goiaba			
ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO		
Frango ensopado	Carne moída	Frango grelhado		
Polenta	Macarrão ao sugo	Legumes refogados		
Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral		
Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro		
abobrinha/couve	cenoura/chuchu	repolho/agrião		
Sob: melancia	Sob: laranja	Sob: pera		
LANCHE	LANCHE	LANCHE		
frutas diversas	Biscoito Papa Ovo	Frutas diversas		
	Suco de Manga			
JANTAR	JANTAR	JANTAR		
Carne ensopada com Legumes	Moqueca de Peixe	isca grelhada		
	Pirão de peixe	Farofa colorida		
Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral		
Feijão inteiro	Feijão inteiro	Feijão inteiro		
cenoura/repolho	tomate/alface	salada mista		
Sob: maça	Sob: melão	Sob: pera		
OBS: CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES EM VIRTUDE DA DISPONIBILIDADE DOS FORNECEDORES			Rizziani S. Reggiani	
			Nutricionista/CRN ES 06101295	

