

PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

Turma:
Grupo 3, 4 e 5

Período:
05/09 a 09/09/2016

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
05/set	06/set	07/set	08/set	09/set
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Mini Pão com azeite	Frutas diversas	FERIADO	FERIADO	Bolo cenoura
Suco de manga				suco de goiaba
ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
Frango desfiado	Moqueca de Peixe			Isca bovina
Legumes ao forno	pirao			Farofa
Arroz integral	Arroz Branco			Arroz integral
Feijão inteiro	Feijão inteiro			Feijão inteiro
cenoura/ couve-flor	Vagem/repolho			Tomate/rucula
Sob: maçã	Sob: banana			Sob: melão
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Frutas Diversas	Torrada com geleia			Biscoito Papa ovo
	Suco maracuja			Suco de Manga
JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR
Carne com legumes	Frango assado			Polenta recheada carne moida
	Macarrão ao sugo			
Arroz integral	Arroz Branco			
Feijão inteiro	Feijão inteiro			Feijão inteiro
Salada: chuchu/espinafr	quiabo/alface			cenoura/acetga
Sob: laranja lima	Sob: manga			Sob: banana

OBS: CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES EM VIRTUDE DA DISPONIBILIDADE DOS FORNECEDORES

Rizziani S. Reggiani
Nutricionista/CRN ES 06101295