

PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

Turma:
Grupo 3, 4 e 5

Período:
11/04 a 15/04

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
11/abr	12/abr	13/abr	14/abr	15/abr
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
frutas diversas	Mini Pão com azeite	banana/maça	papa ovo	frutas diversas
	Suco de Limão		Suco de manga	
ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
quibe assado de carne	frango desfiado	Musculo ensopado com legumes	Frango ensopado	Moqueca de Peixe
purê de legumes	Macarrão ao sugo		Polenta	pirão
Arroz Branco		Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral
Feijão caldo	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão inteiro	Feijão inteiro
Alface/ repolho	cenoura/ agrião	chuchu/ couve	beterraba/pepino	Berinjela/Espinafre
Sob: maça	Sob: melancia	Sob: melão	Sob:goiaba	Sob: pera
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Frutas diversas	Papa ovo	Banana com aveia e mel	tortinha de frango	Pipoca
	Suco de maracuja		Suco de Laranja	Suco de manga
JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR
Isca de Frango	Carne ensopada com aipim	Omelete de forno com Atum	Carne moida	Frango ensopado
Farofa de cenoura		Purê de Batatas	Macarrão ao molho de	canjiquinha
Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral
Feijão caldo	Feijão caldo	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão inteiro
Abobrinha/brocolis	chuchu/alface	tomate/couve	Acelga/ cenoura	repolho/couve
Sob: melão	Sob: goiaba	Sob: banana	Sob: melancia	Sob: maça
OBS: CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES EM VIRTUDE DA DISPONIBILIDADE DOS FORNECEDORES			Rizziani S. Reggiani	
			Nutricionista/CRN ES 06101295	