

PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

Turma:
Grupo 3, 4 e 5

Período:
11/07 a 15/07

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
11/jul	12/jul	13/jul	14/jul	15/jul
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Mini pão com azeite	frutas diversas	Biscoito Papa ovo	frutas diversas	Mini Pão com azeite
suco de melancia		suco de goiaba		suco de manga
ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
Isca de Frango	Carne assada	Escondinho de Frango	Isca bovina acebolada	Moqueca de cação
Polenta	Macarrão ao sugo		Legumes refogados	Pirão
Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral
Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro
abobrinha/couve	cenoura/tomate	berinjela/espinafre	beterraba/alface	chuchu/cenoura
melão	banana	melancia	maça	goiaba
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Frutas diversas	Rosquinha	Banana com aveia	Mini pão com Azeite	Biscoito Papa ovo
	suco de manga		suco de caju	Suco de acerola
JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR
Atum com Batatas	Frango grelhado	Carne de panela com inhame	Frango assado	Caldo de feijão, legumes e musculo
	Farofa de cenoura e couve		Macarrão alho e óleo	
Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral		
Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão caldo	
chuchu/brocolis	beterraba/tomate	cenoura/repolho	couve-flor/couve	
maça	pera	melão	melancia	frutas diversas

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

Rizziani S. Reggiani
Nutricionista/CRN ES 06101295