

**PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS**

Turma:  
Grupo 3, 4 e 5

Período:  
13/06 a 17/06

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>13/jun</b>	<b>14/jun</b>	<b>15/jun</b>	<b>16/jun</b>	<b>17/jun</b>
<b>LANCHE</b>	<b>LANCHE</b>	<b>LANCHE</b>	<b>LANCHE</b>	<b>LANCHE</b>
mini pão com azeite	frutas diversas	Bolo banana	frutas diversas	Torrada
suco de melão		suco de laranja		suco de manga
<b>ALMOÇO</b>	<b>ALMOÇO</b>	<b>ALMOÇO</b>	<b>ALMOÇO</b>	<b>ALMOÇO</b>
Moqueca de Peixe	Frango assado	Isca Acebolada	Frango desfiado	Carne ensopada com legumes
Purê de inhame	Polenta	Aipim ao forno	Macarrão alho e óleo	
Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral		Arroz integral
Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro
tomate/acetga	abobrinha/brocolis	beterraba/agrião	cenoura/alface	repolho/couve
Sob: maça	melão	mexerica	banana nanica	Sob: melancia
<b>LANCHE</b>	<b>LANCHE</b>	<b>LANCHE</b>	<b>LANCHE</b>	<b>LANCHE</b>
Frutas diversas	Bolo de cenoura	milho verde	Mini Pão com azeite	Biscoito caseiro
	suco de caju		Suco de melancia	suco de abacaxi c hortelã
<b>JANTAR</b>	<b>JANTAR</b>	<b>JANTAR</b>	<b>JANTAR</b>	<b>JANTAR</b>
Strogonoff de frango	Carne de panela	Moqueca de Peixe	Escondinho de Carne	Sopa de canjiquinha com legumes e frango
Jardineira de legumes	Farofa de cenoura e brocolis	pirão		
Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral	Arroz Branco	
Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão caldo	
chuchu/Couve	tomate/agrião	cenoura/acetga	couve flor/couve	
Sob: melão	goiaba	maça	mexerica	banana
OBS: CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES EM VIRTUDE DA DISPONIBILIDADE DOS FORNECEDORES			<b>Rizziani S. Reggiani</b>	
			<b>Nutricionista/CRN ES 06101295</b>	