

PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

Turma:
Grupo 3, 4 e 5

Período:
14/11 a 18/11

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
14/nov	15/nov	16/nov	17/nov	18/nov
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Mini pão com azeite	FERIADO	Biscoito Papa ovo	Bolo	Frutas diversas
suco de melancia		suco de goiaba	suco de manga	
ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
Frango desfiado		Escondinho de Frango	Isca bovina acebolada	Moqueca de cação
Polenta			Legumes refogados	Pirão
Arroz integral		Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral
Feijão caldo		Feijão caldo	Feijão caldo	Feijão caldo
abobrinha/couve		berinjela/espinafre	beterraba/alface	chuchu/cenoura
melão		melancia	maça	goiaba
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Frutas diversas		Banana com aveia	Mini pão com Azeite	Pão caseiro
			suco de abacaxi	Suco de goiaba
JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR
Atum com Batatas	FERIADO	Carne moida	Frango assado	Carne ensopada com legumes
		inhame ensopado	Macarrão alho e óleo	
Arroz integral		Arroz integral		Arroz Branco
Feijão caldo		Feijão caldo	Feijão caldo	Feijão caldo
chuchu/brocolis		cenoura/repolho	couve-flor/couve	cenoura/tomate
maça		melão	melancia	maça

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

Rizziani S. Reggiani
Nutricionista/CRN ES 06101295