

PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

Turma:
Grupo 1 e 2
Período:
02/05 a 06/05

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
02/mai	03/mai	04/mai	05/mai	06/mai
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Frutas maçã/pera	Mini pão com azeite	Papa ovo	Torrada com azeite	Banana com aveia
	suco goiaba	suco de Laranja com beterraba	suco melancia	
ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
Ovos mexidos com legumes	Quibe de carne moída	Moqueca	Isca bovina ensopado	Frango ensopado com legumes
	Pure de Batata	Pirão	Aipim ao forno	Farofa
Arroz integral	Arroz Branco com brocolis	Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral
Feijão caldo	Feijão caldo enriquecido com cenoura	Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro
chuchu/repolho	cenoura/alface	tomate/ agrião	vagem/espinafre	beterraba/brocolis
Sob: melancia	sob: mexerica	Sob: melão	Sob: maçã	Sob: pera
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Mini Pão com azeite	Salada de Fruta com aveia	Bolo Fuba com coco	Frutas diversas	Papa ovo
suco manga		suco goiaba		suco Laranja
JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR
Polenta recheada com Frango	Musculo ensopado	Isca de Frango	Carne moída ao molho manjeriçao	Moqueca de Peixe
	Inhame refogado	Jardineira de Legumes	Macarronada	Purê de Batata
Arroz integral com vagem	Arroz Branco	Arroz integral		Arroz integral
Feijão caldo	Feijão caldo	Feijão caldo	Feijão caldo enriquecido com beterraba	Feijão inteiro
Abobrinha/espinafre	beterraba/agrião	cenoura/repolho	berinjela/couve	Alface/tomate
Sob: melão	Sob: banana	Sob: maçã	Sob: mexerica	Sob: goiaba

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

Rizziani S. Reggiani
Nutricionista/CRN ES 06101295