

PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

Turma:
Grupo 1 e 2

Período:
15/02 a 19/02

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
15/fev	16/fev	17/fev	18/fev	19/fev
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Rosquinha integral	mamão/uva	Mini Pão com azeite	Banana/Maça	Biscoito Papa ovo
suco de manga		Suco de melancia		Suco de laranja
ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
Strogonoff de frango	Isca bovina ao molho tomate	Moqueca de peixe	Frango grelhado	Carne ensopada
Legumes ao forno	Farofa colorida	Pirão	Cenoura e couve-flor ao alho e óleo	Macarrão ao sugo
Arroz branco	Arroz branco	arroz integral	Arroz Branco	
Feijão caldo	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão inteiro	Feijão inteiro
Abobrinha/alface	chuchu/couve	cenoura/brocolis	batata/Agrião	Tomate/alface
Sob: maçã	Sob: banana	Sob: manga	Sob: pera	Sob: melão
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Melancia/banana	Pão com frango desfiado	Maça/pera	Bolo de maçã	Frutas diversas
	Suco de Goiaba		Suco de Manga	
JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR
Carne ensopada	Frango Assado	Carne moída ao sugo	Peixe assado com legumes	Frango grelhado
Aipim refogado	Purê de Batata	Macarrão alho e óleo		Polenta
Arroz integral	Arroz Branco		Arroz Branco	Arroz integral
Feijão inteiro	Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão inteiro
vagem/couve	tomate/repolho	berinjela/beterraba	Alface/acetoga	couve flor/espinafre
Sob: Melancia	Sob: melão	Sob: maçã	Sob: melancia	Sob: goiaba
OBS: CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES EM VIRTUDE DA DISPONIBILIDADE DOS FORNECEDORES			Rizziani S. Reggiani	
			Nutricionista/CRN ES 06101295	