

PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

Turma:
Grupo 1 e 2

Período:
29/02 a 04/03

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
29/fev	01/mar	02/mar	03/mar	04/mar
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Mini Pão com azeite	Melão/laranja	Torrada	Papa Ovo	Frutas diversas
suco de goiaba		Suco de manga	suco melancia	
ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
Frango desfiado	Carne moída	Isca de frango grelhada	Omelete de atum	Isca de boi acebolada
Batata ao forno	Macarrão ao sugo	Abobora refogada	legumes refogados	Farofa cenoura
Arroz integral		Arroz integral	Arroz integral	Arroz Branco
Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão inteiro	Feijão inteiro
Salada: tomate/alface	cenoura/couve	chuchu/agrião	berinjela/repolho	beterraba/espinafre
Sob: melão	Sob: pera	Sob: melancia	Sob: banana	Sob: maçã
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Papa ovo	frutas diversas	Mini Pão com azeite	Banana/melancia	Bolo com frutas
Suco Abacaxi		Suco de goiaba		suco maracujá
JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR
Carne ensopada com legumes	Isca de frango	Moqueca de Peixe	Isca bovina	Frango ensopado
	Jardineira legumes (cenoura, chuchu, milho verde)	Pirão	Polenta	Inhame refogado
Arroz integral	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz integral
Feijão inteiro	Feijão inteiro	Feijão inteiro	Feijão inteiro	Feijão inteiro
cenoura/ espinafre	tomate/repolho	Banana coz/ tomate	chuchu/agrião	berinjela/couve
Sob: melancia	Sob: mamão	Sob: banana	Sob: maçã	Sob: pera
OBS: CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES EM VIRTUDE DA DISPONIBILIDADE DOS FORNECEDORES			Rizziani S. Reggiani	
			Nutricionista/CRN ES 06101295	