

PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

Turma:
Grupo 1 e 2
Período:
08/08 a 12/08

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
08/ago	09/ago	10/ago	11/ago	12/ago
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Rosquinha integral	Melao/Maça	Mini Pão com azeite	Pera/melancia	Torrada com azeite
Suco de goiaba		Suco de Laranja com cenoura		suco de Melancia
ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
Frango desfiado com Legumes	Peixe ao forno	Isca de Boi acebolada	Frango Assado	Musculo ensopado
	Batatas corada	Macarrão espaguete	Farofa de cenoura	Inhame refogado
Arroz integral	Arroz Branco com brocolis		Arroz Branco	Arroz integral
Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão inteiro	Feijão inteiro
Salada: abobrinha, alface	berinjela/agriao	tomate/ pepino	chuchu/brocolis	Abobrinha/couve
Sob: pera	Sob: melão	Sob: melancia	Sob: mamao	Sob: pera
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Mini Pão com azeite	Pão caseiro	Banana com aveia	Bolo de comum	Frutas diversas
Suco de manga	Suco de abacaxi		suco de melão	
JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR
Escondidinho de aipim com Frango	Musculo ensopado	Frango Grelhado acebolado	Omelete de atum com legumes	Sopa de Legumes com carne moida e canjiquinha
	farofa de colorida	Polenta		
Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral	Arroz Branco	
Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão inteiro	Feijão caldo
Salada: repolho/couve	Beterraba/agrião	aface/ cenoura	repolho/tomate	
Sob: melancia	Sob: manga	Sob:maça	Sob: goiaba	Sob: diversas
OBS: CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES EM VIRTUDE DA DISPONIBILIDADE DOS FORNECEDORES			Rizziani S. Reggiani	
			Nutricionista/CRN ES 06101295	