

PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

Turma:
Grupo 1 e 2
Período:
13/06 a 17/06

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
13/jun	14/jun	15/jun	16/jun	17/jun
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
mini pão com azeite	frutas diversas	Bolo banana	frutas diversas	Torrada
suco de melão		suco de laranja		suco de manga
ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
Moqueca de Peixe	Frango assado	Isca Acebolada	Frango desfiado	Carne ensopada com legumes
Purê de inhame	Polenta	Aipim ao forno	Macarrão alho e óleo	
Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral		Arroz integral
Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro
tomate/acetga	abobrinha/brocolis	beterraba/agrião	cenoura/alface	repolho/couve
Sob: maça	melão	mexerica	banana nanica	Sob: melancia
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Frutas diversas	Bolo de cenoura	Frutas diversas	Mini Pão com azeite	Biscoito caseiro
	suco de manga		Suco de melancia	suco de abacaxi c hortelã
JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR
Strogonoff de frango	Carne de panela	Moqueca de Peixe	Escondinho de Carne	Sopa de canjiquinha com legumes e frango
Jardineira de legumes	Farofa de cenoura e brocolis	pirão		
Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral	Arroz Branco	
Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão caldo	
chuchu/Couve	tomate/agrião	cenoura/acetga	couve flor/couve	
Sob: melão	goiaba	maça	mexerica	banana
OBS: CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES EM VIRTUDE DA DISPONIBILIDADE DOS FORNECEDORES			Nutricionista/CRN ES 06101295	