



PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

Turma:
Grupo 1 e 2
Período:
27/06 a 01/07

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
27/jun	28/jun	29/jun	30/jun	01/jul
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
mini pão com azeite	frutas diversas	Bolo de comum	frutas diversas	torrada
suco de manga		suco de goiaba		suco de laranja
ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
Omelete com legumes	Polenta recheada de Frango	Carne de panela	Isca de frango	Moqueca
		Legumes refogados	Macarrão ao sugo	Purê de batata
Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral		Arroz integral
Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro
beterraba/couve	cenoura/espinafre	chuchu/brocolis	tomate/alface	repolho/couve
Sob: mexerica	goiaba	melancia	banana nanica	maça
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Frutas diversas	Bolo de banana	Frutas diversas	Rosquinha	Mini Pão com azeite
	suco de manga		suco de goiaba	Suco de abacaxi c hortela
JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR
Frango	Isca de boi ensopada	Moqueca	Kibe de Carne	Canja com legumes e frango
canjiquinha	Purê de inhame	Pirão	Aipim ensopado	
Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral	Arroz Branco	
Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão caldo	
abobrinha/alface	tomate/couve	cenoura/brocolis	acelga/beterraba	
maça	melancia	mexerica	melão	frutas diversas
OBS: CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES EM VIRTUDE DA DISPONIBILIDADE DOS FORNECEDORES			Nutricionista/CRN ES 06101295	