



PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

Turma:
Grupo 1 e 2
Período:
28/11 a 02/12

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
28/nov	29/nov	30/nov	01/dez	02/dez
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Biscoito Papa ovo	Pão caseiro	frutas diversas	Bolo de maçã	Mini Pão com azeite
suco de goiaba	suco melão		suco manga	suco de laranja
ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
Carne moída com legumes	Isca de Frango	Peixe desfiado ao molho	Strogonoff de Carne	Cubinhos de Frango ensopado
	Macarrão ao sugo	batata ensopadas	Legumes refogados	abobora ensopada
Arroz integral		Arroz integral	Arroz Branco com brócolis	Arroz integral
Feijão inteiro	Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão inteiro
cenoura/ couve-flor	Vagem/repolho	tomate/agrião	abobrinha/Alface	Tomate/rucula
Sob: maçã	Sob: pera	Sob: melão	Sob: maçã	Sob: banana
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Mini Pão com azeite	Frutas diversas	Bolo de Banana	Banana com aveia	Rosquinha integral
Suco de Manga		Suco de Melancia		Suco de goiaba
JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR
Frango Desfiado	Carne ensopada	Frango ensopado	Carne moída	Moqueca de cação
legumes ensopados	farofa colorida	polenta	canjiquinha	pure de batata
Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral (troca)
Feijão caldo	Feijão caldo	Feijão caldo	Feijão caldo	Feijão caldo
Salada: chuchu/espinafre	alface/vagem	couve/quiabo	beterraba/agrião	cenoura/acetga
Sob: Melão	Sob: Banana	Sob: maçã	Sob: melancia	Sob:diversas
OBS: CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES EM VIRTUDE DA DISPONIBILIDADE DOS FORNECEDORES			Rizziani S. Reggiani Nutricionista/CRN ES 06101295	