

PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

Turma:
Grupo 1 e 2
Período:
29/08 a 02/09/2016

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
29/ago	30/ago	31/ago	01/set	02/set
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Mini Pão com azeite	Frutas diversas	Bolo fuba	Frutas diversas	Torrada
Suco de manga		Suco Laranja c/ cenoura		Suco de melancia
ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
Frango desfiado	Moqueca de Peixe	Carne moída ao molho de tomate	Risoto de frango	Musculo com legumes
Legumes ao forno	Purê de batata	Macarrão espaguete	chuchu com ovos	
Arroz integral	Arroz Branco		Arroz Branco*	Arroz integral
Feijão inteiro	Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão inteiro
Beterraba/Agrião	cenoura/acetga	Berinjela/alface	Abóbora/Brocolis	repolho/tomate
Sob: maçã	Sob: banana	Sob: pera	Sob: melancia	Sob: melão
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
Banana com aveia	Biscoito Caseiro	Frutas diversas	Bolo de Laranja	Rosquinha
	Suco melão		Suco de Goiaba	Suco Manga
JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR
Omelete com cenoura	Carne ensopada com aipim	Isca de Frango	Atum com Batatas	Frango assado
		Farofa		Polenta
Arroz integral	Arroz Branco	Arroz integral	Arroz Branco	
Feijão inteiro	Feijão inteiro	Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão inteiro
Tomate/alface	brocolis/abobrinha	couve-flor/couve	cenoura/espinafre	Quiabo/tomate
Sob: laranja lima	Sob: manga	Sob: maçã	Sob: pera	Sob: banana

OBS: CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES EM VIRTUDE DA DISPONIBILIDADE DOS FORNECEDORES

Rizziani S. Reggiani
Nutricionista/CRN ES 06101295