



PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

Turma:
Grupo 3, 4 e 5

Período:
30/01 a 03/02

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
30/jan	31/jan	01/fev	02/fev	03/fev
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
		Frutas diversas	Mini Pão com azeite	Biscoito Papa ovo
			suco abacaxi	Suco de laranja
ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
		Polenta recheada com carne moída	Frango grelhado	Carne ensopada
			Pure de Batata	Macarrão ao sugo
		arroz integral	Arroz Branco	
		Feijão inteiro	Feijão inteiro	Feijão inteiro
		cenoura/brocolis	batata/Agrião	Tomate/alface
		Sob: manga	Sob: pera	Sob: goiaba
LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
		Rosquinha	Bolo de coco	Frutas diversas
		Suco goiaba	Suco de Manga	
JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR	JANTAR
		Frango desfiado ao sugo	Isca de boi grelhada	Frango ensopado com legumes
		Macarrão alho e óleo	Farofa	
			Arroz Branco	Arroz integral
		Feijão caldo	Feijão inteiro	Feijão inteiro
		berinjela/beterraba	Alface/acetga	couve flor/espinafre
		Sob: maçã	Sob: melancia	Sob: melão
OBS: CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES EM VIRTUDE DA DISPONIBILIDADE DOS FORNECEDORES			Rizziani S. Reggiani Nutricionista/CRN ES 06101295	