

PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS

| SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA -FEIRA |
|---|--|---|--|---|
| <p>LANCHE</p> <ul style="list-style-type: none"> Papinha de banana | <p>LANCHE</p> <ul style="list-style-type: none"> Suco de goiaba Frutas diversas | <p>LANCHE</p> <ul style="list-style-type: none"> Pera raspadinha | <p>LANCHE</p> <ul style="list-style-type: none"> Suco de melão Frutas diversas | <p>LANCHE</p> <ul style="list-style-type: none"> Papinhas de mamão com banana |
| <p>ALMOÇO/SOPINHA</p> <ul style="list-style-type: none"> Sopa com frango taioba, batata, batata baroa, couve flor, macarrão cabelinho de anjo e caldo de feijão | <p>ALMOÇO/SOPINHA</p> <ul style="list-style-type: none"> sopa com carne moída ,mostarda ,beterraba, batata, chuchu, arroz, gema de ovo e caldo de feijão | <p>ALMOÇO/SOPINHA</p> <ul style="list-style-type: none"> Sopa com frango, repolho, abobora, cenoura, batata, macarrão argolinha e caldo de feijão | <p>ALMOÇO/SOPINHA</p> <ul style="list-style-type: none"> Sopa com musculo, brócolis, couve flor, batata baroa, cenoura, gema de ovo, arroz e caldo de feijão | <p>ALMOÇO/SOPINHA</p> <ul style="list-style-type: none"> Sopa com carne moída, couve, abobora, quiabo, batata, macarrão cabelinho de anjo e caldo de feijão |
| <p>LANCHE</p> <ul style="list-style-type: none"> Suco de maracujá Frutas diversas | <p>LANCHE</p> <ul style="list-style-type: none"> Papinha de mamão | <p>LANCHE</p> <ul style="list-style-type: none"> Suco de goiaba Frutas diversas | <p>LANCHE</p> <ul style="list-style-type: none"> Maça raspadinha | <p>LANCHE</p> <ul style="list-style-type: none"> Suco de abacaxi com hortelã Frutas diversas |
| <p>JANTAR IDEM AO ALMOÇO</p> | <p>JANTAR IDEM AO ALMOÇO</p> | <p>JANTAR IDEM AO ALMOÇO</p> | <p>JANTAR IDEM AO ALMOÇO</p> | <p>JANTAR IDEM AO ALMOÇO</p> |

Obs.: TODOS OS SUCOS OFERECIDOS SÃO NATURAIS E SEM AÇÚCAR.
OPÇÃO AO LANCHE DA MANHÃ: SUCO DE LARANJA LIMA OU OUTRA FRUTA.

SIMONE RUBENS VASSALO
Técnica em Nutrição / CRN - 89100134

CHRISTINA HELAL
Nutricionista / CRN4 - ES 12100363