

CARDÁPIO MENSAL: julho e agosto de 2018

De 16 a 20/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Suco de maracujá Pera	Suco de bergamota Banana	Suco de laranja Ovo duro	Suco de mamão/limão Maçã	Chá de erva-doce Torradinha
ALMOÇO E JANTA	Arroz/Feijão Carne picada com batata Ovos picados Salada de brócolis	Arroz/ Feijão Guisado Purê de batatas Salada de alface	Arroz/Feijão Galinha ensopada Polenta cremosa Salada de beterraba	Arroz/Feijão Bife simples Aipim no forno Salada de tomate cereja	Arroz/Feijão Bife de fígado Quibebe Salada de repolho
LANCHE TARDE	Suco de maçã/limão Pão integral com mel	Chá de laranja Bolo de abacaxi	Laranja do céu, banana, pera	Chá de erva-doce Bolinho de chuva	Ponkan, maçã, melão
De 23 a 27/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Chá com limão Maçã	Suco de manga/laranja Pera	Suco de laranja Torradinha	Suco de uva Bergamota	Suco de maçã/limão Ovo duro
ALMOÇO E JANTA	Arroz/feijão Guisado com cenoura Farofa com banana Salada de agrião	Arroz/Feijão carioca Carne em tiras com molho Batata doce cozida Salada de chicória	Arroz carreteiro/Feijão Bolinho de arroz com espinafre Moranga caramelada Salada de rúcula	Arroz /Feijão Filé de frango com molho de laranja Purê de batata Salada de tomate/cebola	Arroz/Feijão Bife acebolado Aipim cozido Salada de repolho roxo com maçã
LANCHE TARDE	Suco de bergamota Cacetinho/goiabada/requeijã	Suco de manga Palito de queijo caseiro	Maçã, mamão, laranja do céu	Suco de laranja Biscoito de polvilho	Kiwi, banana, manga
De 30/07 a 03/08	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Suco de laranja Mamão	Suco de maracujá Banana	Suco de maçã/laranja Bolacha salgada	Suco de uva Banana	Suco de mamão/limão Ovo duro
ALMOÇO E JANTA	Arroz/Lentilha Carne de panela Macarrão Salada de alface	Arroz/Feijão Frango no forno com calda de maracujá Polenta cremosa Salada de beterraba	Arroz/Feijão Carne de panela Couve-flor com molho branco Salada de alface	Arroz/Feijão Guisado Nhoque de batata Salada de rabanete	Arroz/Feijão Carne em tiras c/ molho Purê de batata doce Salada de tomate
LANCHE TARDE	Leite com café Pão integral/schimier	Suco de laranja/mamão Biscoito de mel	Ponkan, banana, melão	Suco de maracujá Pão caseiro/requeijão	Maçã, ameixa, abacate
De 06 a 10/08	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Chá de camomila Bolacha salgada	Suco de laranja Maçã	Suco de maracujá Ovo duro	Suco de maçã/limão Banana com aveia	Suco de laranja Pera

ALMOÇO E JANTA	Arroz/Feijão Bife de panela Couve com farofa Salada de beterraba	Arroz/Feijão Língua com molho Purê de aipim Salada de agrião	Arroz/Feijão Guisado Massa parafuso Salada de brócolis	Arroz/Lentilha Panqueca de cenoura com carne Ovos picados Salada de couve-flor	Arroz/Feijão Bolinho de carne no forno Quibebe Salada mista
LANCHE TARDE	Suco de abacaxi/manga Pão de queijo	Suco de uva Bolo caseiro	Kiwi, maçã, manga	Suco de laranja Sanduiche	Mamão, banana, uva

ETAPA II

ELABORADO PELA NUTRICIONISTA IVETE R. CICONET DORNELLES - CRN 2 0019

Este cardápio eventualmente poderá ser alterado.