



Dias / Semanas

Segunda-feira

Terça-feira

Quarta-feira

Quinta-feira

Sexta-feira

ALMOÇO	Arroz (parboilizado) + feijão carioca + peito de frango em cubos assado acebolado com pimentão.	Arroz colorido (beterraba, cenoura) + feijão carioca + carne moída refogada e acebolado.	Arroz (parboilizado) + feijão carioca com abobora + carne suína cozida em cubos + salada crua (alface + tomate) fruta: abacaxi	Arroz (parboilizado) + feijão verde + Filé de frango cubos ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) fruta: laranja	Macarronada com Carne moída Fruta: Melancia
Dias / Semanas	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
ALMOÇO	Arroz (parboilizado) + feijão carioca + peito de frango em cubos cozido.	Arroz com cenoura + purê de batata + carne moída Ou coxa e sobrecoxa	Arroz (parboilizado) + feijão carioca + carne suína em cubos + salada crua (alface+ tomate) fruta: melancia	Macarronada com Sardinha. Fruta: laranja	Pirão de galinha com arroz parboilizado + salada (alface, tomate, abóbora) fruta: abacaxi

ANNE LAYNE ALCANTARA

Nutricionista da Educação | CRN6 19263

- **Cardápio sujeito a alterações mediante a disponibilidade dos alimentos.**



1º SEMANA

	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
DESJEJUM		Banana em rodela	Mamão em cubos	Goiaba em rodela	Manga em cubos
LANCHE	Cuscuz de milho umedecido com leite de vaca integral + ovos mexidos	Arroz de leite + ovos mexidos	Risoto de carne bovina moída com legumes (arroz branco, batata inglesa, cenoura, cebola)	Macarrão espaguete com carne moída ao molho de tomate caseiro	Sopa de macaxeira com carne bovina ou frango

2º SEMANA

	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
DESJEJUM		Maça raspada	Salada de frutas	Goiaba em rodela	Abacaxi em fatias finas
LANCHE	Cuscuz de milho umedecido com leite de vaca integral Fígado bovino picado com legumes amassados (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Macarronada com Frango desfiado	Canja de carne (batata inglesa, abóbora, cenoura e chuchu)	Vitamina de banana e mamão com farinha de aveia + biscoito salgado	Pão seda com carne moída ao molho refogada OU ovos mexidos

ANNE LAYNE ALCANTARA

Nutricionista da Educação | CRN6 19263

- **Cardápio sujeito a alterações mediante a disponibilidade dos alimentos.**

3º SEMANA

	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
DESJEJUM		Banana amassada com cacau	Mamão em cubos	Suco de abacaxi	Melancia em cubos
LANCHE	Macarrão letrinhas com carne moída ao molho de tomate caseiro	Cuscuz de milho umedecido com leite de vaca integral Ovo primavera (cenoura, tomate, cebola, pimentão e cheiro verde)	Risoto de filé de frango em iscas ao molho com legumes (arroz branco, batata inglesa, cenoura, chuchu)	Vitamina de banana com maçã e aveia + biscoito rosquinha.	Sopa de feijão com macarrão letrinhas e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu)

4º SEMANA

	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
DESJEJUM		Banana em rodela	Mamão em cubos	Goiaba em rodela	Melancia em cubos
LANCHE	Arroz de leite	Batata doce amassada + Carne bovina moída ao molho	Sopa de filé de frango com macarrão parafuso e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu)	Cuscuz de milho umedecido com leite de vaca integral + ovos mexidos Café com leite integral	Caldinho OU Escondidinho de macaxeira com carne moída ou frango desfiado

ANNE LAYNE ALCANTARA

Nutricionista da Educação | CRN6 19263

- **Cardápio sujeito a alterações mediante a disponibilidade dos alimentos.**