



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
01 a 05	Colação	Manga	Melão	Mamão	Maçã	Pera
	Almoço/Jantar	ovos mexidos, beterraba, brócolis	massinha ao molho de tomate caseiro, frango enriquecido com cenoura	polenta com carne moída enriquecida com legumes	frango com creme de abóbora e inhame, couve-flor	hamburguinho enriquecido com cenoura ralada, couve picadinha
	Sobremesa	melancia	banana	manga	abacaxi	melão
	Lanche	Pera e laranja	Melancia e manga	Maçã e melão	Mix de frutas com aveia	Banana e mamão
08 a 12	Colação	Maçã	Manga	Melão	Pera	Banana
	Almoço/Jantar	ovos mexidos com abobrinha ralada, purê de batata	massinha ao molho de tomate caseiro, frango com chuchu	carne picada com agrião, cenoura, brócolis	frango com creme de abóbora e inhame, couve-flor	polenta com carne moída enriquecida com abobrinha ralada e espinafre
	Sobremesa	banana	melancia	pera	manga	abacaxi
	Lanche	Melancia e pera	Mix de frutas com aveia	Uva cortada em 4 e banana	Melão e maçã	Manga e laranja
15 a 19	Colação	Melancia	Maçã	Manga	Banana	Pera
	Almoço/Jantar	ovos cozidos, purê de batatas, beterraba	massinha ao molho de tomate caseiro, carne moída enriquecida com abobrinha ralada e repolho picadinho, brócolis	frango enriquecido com cenoura e aipim, couve-flor	almôndegas (carne moída enriquecida com beterraba), couve picadinha	frango com creme de abóbora e inhame, cenoura
	Sobremesa	pera	banana	abacaxi	mamão	manga
	Lanche	Maçã e banana	Melancia e manga	Mix de frutas com aveia	Pera e manga	Melão e laranja
22 a 26	Colação	Manga	FERIADO	Banana	Melão	Maçã
	Almoço/Jantar	ovos mexidos, cubos de batata-doce, brócolis, cenoura		polenta com carne picada com agrião, beterraba	frango com creme de abóbora e inhame	hamburguinho enriquecido com beterraba ralada e aveia, refogadinho de batata-doce, couve-flor
	Sobremesa	melancia		maçã	abacaxi	manga
	Lanche	Pera e melão		Mix de frutas com aveia	Maçã e manga	Banana e mamão
29 e 30	Colação	Melancia	Mamão			
	Almoço/Jantar	ovos cozidos, cenoura, batata, chuchu	massinha à bolonhesa (carne moída enriquecida com cenoura e repolho)			
	Sobremesa	pera	manga			
	Lanche	Banana e manga	Melancia e maçã			

>> **TODOS OS DIAS SERÃO SERVIDOS ARROZ E FEIJÃO JUNTO ÀS DEMAIS PREPARAÇÕES.**

>> Eventualmente, algum item do cardápio poderá ser substituído por outro de idêntico valor nutritivo.

>> As crianças com restrições alimentares deverão trazer o parecer do pediatra responsável para acompanhamento da nutricionista.

NUTRICIONISTA ORKANDA MARQUES * CRN4 02100595