



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
01 a 05	Colação	Manga	Melão	Mamão	Maçã	Pera
	Almoço/Jantar	Sal. brócolis, ovos mexidos, farofa de beterraba	Sal. alface, tomate, espaguete ao molho de tomate caseiro, frango enriquecido com cenoura	Sal. cenoura, polenta com carne moída enriquecida com legumes	Sal. couve-flor, estrogonofe de frango (com creme de abóbora e inhame)	Sal. alface e beterraba, hamburguinho enriquecido com cenoura ralada, farofa de couve
	Sobremesa	melancia	banana	manga	abacaxi	melão
	Lanche	Suco de uva integral, pãozinho com queijo minas, pera	Suco de laranja com cenoura, biscoito de polvilho, melancia	Suco de maracujá com inhame, torradas com azeite e orégano, maçã	Suco de uva integral, frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)	Suco de limão com couve, queijo quente, banana
08 a 12	Colação	Maçã	Manga	Melão	Pera	Banana
	Almoço/Jantar	Sal. tomate e pepino, ovos mexidos com abobrinha ralada, purê de batata	Sal. cenoura, espaguete com molho de tomate caseiro, frango com chuchu	Sal. brócolis, carne picada com agrião, farofa de cenoura	Sal. tomate e couve-flor, estrogonofe de frango (com creme de abóbora e inhame)	Sal. beterraba e alface, polenta com carne moída enriquecida com abobrinha ralada e espinafre
	Sobremesa	banana	melancia	pera	manga	abacaxi
	Lanche	Suco de uva integral, pãozinho com requeijão, melancia	Suco de maracujá com inhame, frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)	Suco de laranja com mamão, queijo quente, uva	Suco de limão com couve, pão de queijo, melão	Suco de uva integral, biscoito de polvilho, manga
15 a 19	Colação	Melancia	Maçã	Manga	Banana	Pera
	Almoço/Jantar	Sal. alface e beterraba, ovos cozidos, purê de batatas	Sal. brócolis, espaguete ao molho de tomate caseiro, carne moída enriquecida com abobrinha ralada e repolho picadinho	Sal. couve-flor, frango enriquecido com cenoura e aipim	Sal. tomate, almôndegas (carne moída enriquecida com beterraba), farofinha de couve	Sal. cenoura, estrogonofe de frango (com creme de abóbora e inhame)
	Sobremesa	pera	banana	abacaxi	mamão	manga
	Lanche	Suco de uva integral, biscoito de polvilho, maçã	Suco de maracujá com inhame, pãozinho com requeijão, melancia	Suco rosa (maracujá, manga e beterraba), frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)	Suco de laranja com cenoura, torradas com azeite e orégano, manga	Suco de uva integral, pão de queijo, melão
22 a 26	Colação	Manga	FERIADO	Banana	Melão	Maçã
	Almoço/Jantar	Sal. brócolis e cenoura, ovos mexidos, cubos de batata-doce		Sal. cenoura, polenta com carne picada com agrião, farofa de beterraba	Sal. tomate e pepino, estrogonofe de frango (com creme de abóbora e inhame)	Sal. alface e couve-flor, hamburguinho enriquecido com beterraba ralada e aveia, refogadinho de batata-doce
	Sobremesa	melancia		maçã	abacaxi	manga
	Lanche	Suco de uva integral, pãozinho com queijo minas, pera		Suco de maracujá com inhame, frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)	Suco de limão com couve, pão de queijo, maçã	Suco de uva integral, biscoito de polvilho, banana
29 e 30	Colação	Melancia	Mamão			
	Almoço/Jantar	Sal. alface e tomate, ovos cozidos, farofa de cenoura ralada	Sal. alface e couve-flor, espaguete à bolonhesa (carne moída enriquecida com cenoura e repolho)			
	Sobremesa	pera	manga			
	Lanche	Suco de uva integral, biscoito de polvilho, banana	Suco de limão com couve, torradas com azeite e orégano, melancia			

>> **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