

		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
02 a 06	Colação	Maçã	Mamão	Manga	Banana	Pera
	Almoço/Jantar	ovos cozidos, brócolis refogados, cenoura	massinha ao molho de tomate caseiro, carne desfiada, couve-flor	iscas de frango com batatas e abobrinha ralada	carne picada com agrião, brócolis, cenoura	frango com creme de abóbora e inhame
	Sobremesa	pera	melancia	melão	maçã	banana
	Lanche	Melancia e mamão	Manga e banana	Mix de frutas com aveia	Melão e pera	Maçã e mamão
09 a 13	Colação	Manga	Melão	Mamão	Banana	Maçã
	Almoço/Jantar	ovos mexidos, brócolis, cenoura, beterraba	massinha ao molho de tomate caseiro, frango enriquecido com cenoura, couve-flor	polenta com carne moída enriquecida com legumes	frango com creme de abóbora e inhame	almôndegas ao molho de tomate caseiro, refogadinho de batata-doce, beterraba
	Sobremesa	melancia	banana	melão	maçã	uva
	Lanche	Pera e melão	Melancia e pera	Maçã e manga	Mix de frutas com aveia	Banana e mamão
16 a 20	Colação	Pera	Maçã	Manga	Melão	Banana
	Almoço/Jantar	ovos cozidos, purê de abóbora, beterraba	massinha ao molho de tomate caseiro, frango enriquecido com legumes	hamburguinho (carne enriquecida com beterraba ralada) grelhado, couve picadinha	frango com creme de abóbora e inhame, brócolis	carne moída enriquecida com abobrinha ralada e espinafre
	Sobremesa	melão	banana	pera	manga	maçã
	Lanche	Maçã e manga	Melancia e pera	Melão e maçã	Banana e mamão	Mix de frutas com aveia
23 a 27	Colação	Banana	Melancia	Manga	Uva	Melão
	Almoço/Jantar	ovos mexidos, brócolis, beterraba	massinha ao molho de tomate, frango enriquecido com legumes, couve-flor	carne picada com agrião, purê de batata, beterraba	frango com creme de abóbora e inhame	polenta com carne moída enriquecida com beterraba ralada e espinafre
	Sobremesa	melancia	maçã	melão	banana	manga
	Lanche	Melão e maçã	Pera e manga	Maçã e banana	Mamão e manga	Mix de frutas com aveia
30	Colação	Melancia				
	Almoço/Jantar	ovos cozidos, purê de batatas, cenoura				
	Sobremesa	melão				
	Lanche	Maçã e banana				

>> **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