

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
02 a 06	Colação	Maçã	Manga	Melão	Pera	Banana
	Almoço/Jantar	Sal. tomate, ovos cozidos, batata-doce	Sal. brócolis, carne picada com agrião, farofa de beterraba	Sal. couve-flor, espaguete ao molho de tomate caseiro, cubinhos de frango	Sal. alface e cenoura ralada, carne moída enriquecida com batata-doce	Sal. beterraba, estrogonofe de frango (com creme de abóbora e inhame)
	Sobremesa do jantar	banana	melancia	manga	melão	maçã
	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 cenoura, queijo quente, banana	Suco de abacaxi, pão de queijo, maçã	Suco de uva integral, biscoito de polvilho, manga
09 a 13	Colação	Maçã	Manga	Melão	Pera	Banana
	Almoço/Jantar	Sal. tomate, ovos cozidos, jardineira de legumes	Sal. brócolis, carne picada com agrião, farofa de beterraba	Sal. cenoura, espaguete com molho de tomate caseiro, frango com chuchu	Sal. beterraba, polenta com carne moída enriquecida com abobrinha ralada e espinafre	Sal. couve-flor, estrogonofe de frango (com creme de abóbora e inhame)
	Sobremesa do jantar	banana	melancia	pera	manga	maçã
	Lanche	Suco de uva integral, pãozinho com requeijão, melancia	Suco de maracujá com inhame, frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)	Suco de limão com couve, queijo quente, maçã	Suco de laranja com cenoura, pão de queijo, uva	Suco de uva integral, biscoito de polvilho, manga
16 a 20	Colação	Melancia	Melão	Banana	Banana	Manga
	Almoço/Jantar	Sal. beterraba, ovos mexidos, purê de batatas	Sal. couve-flor, frango enriquecido com repolho picadinho e aipim	Sal. tomate, espaguete com molho de tomate caseiro, carne desfiada com agrião	Sal. cenoura, estrogonofe de frango (com creme de abóbora e inhame)	Sal. brócolis, carne moída enriquecida com beterraba), farofa de couve
	Sobremesa do jantar	pera	banana	pera	manga	maçã
	Lanche	Suco de uva integral, torradinhas com azeite e orégano, maçã	Suco de laranja com cenoura, queijo quente, melancia	Suco de abacaxi com hortelã, biscoito de polvilho, melão	Suco de uva integral, pão de queijo, pera	Suco rosa (maracujá e beterraba), frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)
23 a 27	Colação	Banana	Pera	Manga	Melão	Maçã
	Almoço/Jantar	Sal. tomate, ovos cozidos, jardineira de legumes	Sal. cenoura, cubinhos de frango com batata, farofa de beterraba	Sal. brócolis, espaguete ao molho de tomate caseiro, carne moída enriquecida com cenoura	Sal. beterraba, estrogonofe de frango (com creme de abóbora e inhame)	Sal. couve-flor, carne moída enriquecida com beterraba ralada e batata-doce
	Sobremesa do jantar	pera	melancia	maçã	banana	manga
	Lanche	Suco de uva integral, pãozinho com requeijão, melancia	Suco de abacaxi com hortelã, queijo quente, manga	Suco de maracujá com inhame, frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)	Suco de laranja com cenoura, pão de queijo, uva	Suco de uva integral, biscoito de polvilho, banana
30 e 31	Colação	Manga	Melancia			
	Almoço/Jantar	Sal. brócolis, ovos mexidos, cubos de batata-doce	Sal. cenoura, iscas de frango, farofa de beterraba			
	Sobremesa do jantar	melancia	manga			
	Lanche	Suco de uva integral, pãozinho com queijo minas, pera	Suco de maracujá com inhame, pão de queijo, 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

NUTRICIONISTA ORKANDA MARQUES CRN4 02100595