

SEGUNDA		TERÇA		QUARTA	QUINTA	SEXTA
01 a 03	Colação			Pera	Banana	Manga
	Almoço/Jantar			Sal. tomate e alface, espaguete ao molho de tomate caseiro, carne moída enriquecida com cenoura	Sal. cenoura, estrogonofe de frango (com creme de abóbora e inhame)	Sal. brócolis, carne moída enriquecida com beterraba), farofa de cenoura
	Sobremesa do jantar			maçã	manga	maçã
	Lanche			Suco de maracujá com inhame, frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)	Suco de limão com couve, pão de queijo, tangerina	Suco de uva integral, biscoito de polvilho, banana
06 a 10	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	tangerina	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, tangerina	Suco de uva integral, biscoito de polvilho, manga
13 a 17	Colação	Melancia	Melão	Maçã	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	tangerina	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, tangerina	Suco de uva integral, pão de queijo, pera	Suco rosa (maracujá e beterraba), frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)
20 a 24	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, pera	Suco de uva integral, biscoito de polvilho, banana
27 a 31	Colação	Manga	Melancia	Pera	Banana	Manga
	Almoço/Jantar	Sal. brócolis, ovos mexidos, cubos de batata-doce	Sal. cenoura, iscas de frango, farofa de beterraba	Sal. tomate e alface, espaguete ao molho de tomate caseiro, carne moída enriquecida com cenoura	Sal. cenoura, estrogonofe de frango (com creme de abóbora e inhame)	Sal. brócolis, carne moída enriquecida com beterraba), farofa de cenoura
	Sobremesa do jantar	melancia	manga	melão	pera	maçã
	Lanche	Suco de uva integral, pãozinho com queijo minas, pera	Suco de maracujá com inhame, queijo quente banana	Suco de laranja com cenoura, frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)	Suco de limão com couve, pão de queijo, tangerina	Suco de uva integral, biscoito de polvilho, 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