

		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
01 a 05	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 picadinhas com batatas e abobrinha ralada	carne picada com agrião, cenoura, brócolis	frango com creme de abóbora e inhame
	Sobremesa	pera	melancia	melão	maçã	banana
	Lanche	Melão e banana	Manga e pera	Mix de frutas com aveia	Pera e melão	Maçã e mamão
08 a 12	Colação	Manga	Melão	Mamão	Banana	Maçã
	Almoço/Jantar	ovos mexidos, beterraba, brócolis, cenoura	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
	Sobremesa	melancia	banana	melão	maçã	manga
	Lanche	Maçã e pera	Melancia e manga	Maçã e laranja	Mix de frutas com aveia	Banana e mamão
15 a 19	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, cenoura	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 laranja	Melancia e manga	Melão e maçã	Banana e mamão	Mix de frutas com aveia
22 a 26	Colação	Banana	Melancia	Manga	Maçã	Melão
	Almoço/Jantar	ovos mexidos, beterraba, brócolis	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 banana	Maçã e mamão	Manga e laranja	Mix de frutas com aveia
29 a 31	Colação	Melancia	Maçã	Pera		
	Almoço/Jantar	ovos cozidos, purê de batatas, cenoura	massinha ao molho de tomate caseiro, almôndegas (carne moída enriquecida com cenoura), brócolis	frango enriquecido cenoura e abobrinha, beterraba		
	Sobremesa	melão	banana	manga		
	Lanche	Maçã e pera	Melancia e manga	Banana e mamão		

>> **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