

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
01 a 05	Colação	Maçã	Mamão	Manga	Banana	Pera
	Almoço/Jantar	Sal. cenoura e pepino, ovos cozidos, brócolis refogados	Sal. couve-flor, espaguete ao molho de tomate caseiro, carne desfiada	Sal. alface e tomate, iscas de frango com batatas e abobrinha ralada	Sal. brócolis, carne picada com agrião, farofa de cenoura	Sal. tomate, estrogonofe de frango (com creme de abóbora e inhame)
	Sobremesa	pera	melancia	melão	maçã	banana
	Lanche	Suco de uva integral, pãozinho com pastinha de ricota temperada, banana	Suco de laranja com manga, queijo quente, pera	Suco de limão com couve, frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)	Suco de maracujá com inhame, pão de queijo, melão	Suco de uva integral, torradas com requeijão, mamão
08 a 12	Colação	Manga	Melão	Mamão	Banana	Maçã
	Almoço/Jantar	Sal. brócolis e cenoura, ovos mexidos, farofa de beterraba	Sal. alface, tomate e couve-flor, espaguete ao molho de tomate caseiro, frango enriquecido com cenoura	Sal. cenoura, polenta com carne moída enriquecida com legumes	Sal. tomate e pepino, estrogonofe de frango (com creme de abóbora e inhame)	Sal. beterraba, almôndegas ao molho de tomate caseiro, refogadinho de batata-doce
	Sobremesa	melancia	banana	melão	maçã	uva
	Lanche	Suco de uva integral, pão com queijo minas, pera	Suco de laranja com cenoura, queijo quente, melancia	Suco de maracujá com inhame, torradas com azeite, maçã	Suco de limão com couve, frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)	Suco de uva integral, biscoito de polvilho, banana
15 a 19	Colação	Pera	Maçã	Manga	Melão	Banana
	Almoço/Jantar	Sal. beterraba, ovos cozidos, purê de abóbora	Sal. alface e pepino, espaguete ao molho de tomate caseiro, frango enriquecido com legumes	Sal. cenoura ralada, hamburguinho (carne enriquecida com beterraba ralada) grelhado, farofa de couve	Sal. brócolis, estrogonofe de frango (com creme de abóbora e inhame)	Sal. tomate, panqueca de carne moída enriquecida com abobrinha ralada e espinafre
	Sobremesa	melão	banana	pera	manga	maçã
	Lanche	Suco de maracujá com inhame, pãozinho com requeijão, maçã	Suco de uva integral, biscoito de polvilho, melancia	Suco de limão com couve, biscoito de polvilho, melão	Suco de laranja com cenoura, mini pizza Acanto (queijo, tomate, orégano), banana	Suco de uva integral, frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)
22 a 26	Colação	Banana	Melancia	Manga	Uva	Melão
	Almoço/Jantar	Sal. brócolis, ovos mexidos, farofa de beterraba	Sal. couve-flor, espaguete ao molho de tomate, frango enriquecido com legumes	Sal. beterraba, carne picada com agrião, purê de batata	Sal. alface e pepino, estrogonofe de frango (com creme de abóbora e inhame)	Sal. tomate, polenta com carne moída enriquecida com beterraba ralada e espinafre
	Sobremesa	melancia	maçã	melão	banana	manga
	Lanche	Suco de uva integral, pãozinho com queijo minas, melão	Suco de maracujá com inhame, cupcake de banana com canela Acanto, pera	Suco de limão com couve, torradas com azeite, maçã	Suco de laranja com mamão, pão de queijo, manga	Suco de uva integral, frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)
29 a 31	Colação	Melancia	Maçã	Pera		
	Almoço/Jantar	Sal. alface e cenoura, ovos cozidos, purê de batatas	Sal. brócolis, espaguete ao molho de tomate caseiro, almôndegas (carne moída enriquecida com cenoura)	Sal. tomate e pepino, frango enriquecido cenoura e abobrinha, farofa de beterraba		
	Sobremesa	melão	banana	manga		
	Lanche	Suco de uva integral, biscoito de polvilho, maçã	Suco de maracujá com inhame, torradas com azeite, melancia	Suco de limão com couve, queijo quente, 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