



CARDÁPIO MENSAL: abril e maio de 2018

ETAPA II

De 23 a 27/04	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Suco de maracujá Pera	Suco de laranja/mamão Banana	Suco de laranja Ovo duro	Suco de uva Maçã	Suco de limão/maçã Mamão picado
ALMOÇO E JANTA	Arroz/feijão Carne em cubos com molho Macarrão Salada mista	Arroz/feijão carioca Bife simples passado Moranga caramelada Salada de repolho	Arroz/feijão Frango à milanesa (forno) Couve refogada Salada de chuchu	Arroz/feijão Guisado Aipim cozido Salada de cenoura	Arroz/lentilha Carne de panela Batata doce cozida Salada de alface
LANCHE TARDE	Suco de laranja Bolo caseiro	Suco abacaxi/maçã Sanduiche de queijo	Maçã verde, uva, laranja do céu	Suco manga/laranja Pão integral caseiro/requeijão	Goiaba, manga, banana
De 30/04 a 04/05	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Suco limão/pera Maçã		Suco de maracujá Torradinhas	Suco de laranja Ovo duro	Suco de cenoura/laranja Banana
ALMOÇO E JANTA	Arroz/feijão Guisado com molho Polenta cremosa Salada de agrião	FERIADO	Arroz/feijão Estrogonofe Batata ao vapor Salada de brócolis	Arroz/lentilha Frango no forno Farofa com espinafre Salada de beterraba	Arroz/feijão Almôndegas com molho Purê de batatas Tomate cereja
LANCHE TARDE	Suco de melão/laranja Pão de queijo		Abacaxi picado, banana, pera	Suco de limão Torta de bolachas	Mamão ,abacate, maçã
De 07 a 11/05	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Suco de mamão/limão Bolacha salgada	Suco de manga Uva	Suco de abacaxi/hortelã Maçã	Suco de maracujá Ovo duro	Suco de laranja Banana
ALMOÇO E JANTA	Arroz/feijão Carne picada com molho Aipim cozido Salada de alface	Arroz/feijão Frango ensopado Polenta cremosa Salada de rúcula	Arroz/lentilha Panqueca de carne (com cenoura na massa) Ovos picados Salada de couve-flor	Arroz/feijão Bife acebolado Quibebe Salada de brócolis	Arroz/feijão Carne em tiras Batata doce cozida Tomate cereja
LANCHE TARDE	Suco de laranja Banana picada com granola	Suco de maracujá Bolo de arroz com coco	Lima, pera, banana	Suco de laranja Pão integral com geléia	Banana, bergamota, uva
De 14 a 18/05	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Suco de laranja/cenoura Pera	Suco de abacaxi/mamão Banana	Suco de laranja Ovo duro	Suco de melão/laranja Ponkan	Suco de maracujá Maçã
ALMOÇO E JANTA	Arroz/feijão Frango em cubos com molho Massa parafuso Salada de beterraba	Arroz/lentilha Guisado com batata Couve refogada Salada de chuchu com ovos	Arroz/feijão Bife enrolado com cenoura Farofa com banana Salada de repolho	Arroz/feijão Bife de fígado Ensopado de cenoura/chuchu Salada de alface	Arroz/feijão carioca Massa com sardinha Omelete de espinafre Salada de couve-flor
LANCHE TARDE	Suco de maracujá Pão cacetinho /requeijão	Chá de erva-doce Bolinho de chuva	Kiwi, maçã, manga	Suco de limão Bolo de beterraba	Abacate, pera ,banana

ELABORADO PELA NUTRICIONISTA IVETE R. CICONET DORNELLES - CRN 2 0019

Este cardápio eventualmente poderá ser alterado.