



CARDÁPIO DE SETEMBRO 2016

REFEIÇÃO	01/09/16 Quinta-feira			02/09/16 Sexta-feira			05/09/16 Segunda-feira			06/09/16 Terça-feira			07/09/16 Quarta-feira			08/09/16 Quinta-feira			09/09/16 Sexta-feira											
LANCHE MANHÃ	Fruta			Fruta			Fruta			Fruta			F E R R I A D O			Fruta			Fruta											
ALMOÇO/ JANTA	Independência do Brasil 07 de Setembro			Arroz c/ brócolis Feijão/ Frango desf. ao molho/ Sal. Tomate e couve			Arroz Integral/Lentilha/ Polenta cremosa ao molho de carne moída/Feijão/ Sal. Beterraba crua e repolho cru			Arroz/Frango assado/Feijão/ Mexidinho de ovo c/legumes/Sal. cenoura crua						Arroz/Feijão/Isclas de carne ao molho c/ ervilha e milho/Sal. tomate e couve-flor			Arroz/feijão/Macarrão ao molho de sardinha Brócolis cozido e tomate			Lasanha de frango/Feijão/Refogad o de repolho e cenoura								
MERENDA				Mingau de baunilha + Fruta			DIA DA FRUTA			Biscoito água e sal + Suco de couve, laranja e hortelã.						Pão massinha c/ pasta de cenoura + Suco de fruta			Bolo de beterraba + iogurte +fruta			DIA DA FRUTA								
REFEIÇÃO	12/09/16 Segunda-feira			13/09/16 Terça-feira			14/09/16 Quarta-feira			15/09/16 Quinta-feira			16/09/15 Sexta-feira			19/09/16 Segunda-feira			20/09/16 Terça-feira			21/09/15 Quarta-feira			22/09/16 Quinta-feira			23/09/16 Sexta-feira		
LANCHE MANHÃ	Fruta			Fruta			Fruta			Fruta			Fruta			Fruta			Fruta			Fruta			Fruta			Fruta		
ALMOÇO/JANTA	Arroz/Feijão mexido/Carne de panela c/ batata/Sal. brócolis e abobrinha			Risoto de frango/ Feijão carioquinha/Sal. chuchu cozido com agrião e tempero verde			Carreiroiro c/ milho e ovo picado/Feijão/ Sal. cenoura cru e alface			Arroz/Lentilha/ Filé de peixe assado/Purê de moranga/Sal. tomate crua e repolho roxo..			Massa parafuso/Feijão/Cubos de frango/Sal. brócolis e couve-flor refogados			Escondidinho de frango ervilha/Lentilha/Batata doce/Sal. espinafre cozido e tomate			F E R R I A D O			Arroz/Polenta à bolonhesa/ Feijão/Sal. alface e cenoura crua			Arroz/Panqueca de frango/Feijão/Sal. vagem e tomate			Arroz/Carne em cubos/ Batata assada c/ tempero/Feijão carioquinha/Sal. brócolis e cenoura cozidos		
MERENDA	Torradinha margarina e orégano + chá + fruta			Cereal s/ açúcar + fruta			Bolacha integral + iogurte + fruta			Bolo de laranja+ chá + fruta			DIA DA FRUTA			Bolacha água e sal c/pasta de beterraba + Fruta						Pizza de sardinha c/ farinha integral + suco de fruta			Pão francês c/ margarina + iogurte			DIA DA FRUTA		
REFEIÇÃO	26/08/16 Segunda-feira			27/08/16 Terça-feira			28/08/16 Quarta-feira			29/09/16 Quinta-feira			30/09/16 Sexta-feira			05 de Setembro			20 de Setembro											
LANCHE MANHÃ	Fruta			Fruta			Fruta			Fruta			Fruta																	
ALMOÇO/JANTA	Arroz/feijão/ Fricassê de frango/ Sal. chuchu e beterraba crua			Arroz/Feijão/ Almondega c/molho/Refogado de couve e brócolis			Arroz/Feijão/carne de panela desf. c/ apim e ervilha/Sal. beterraba crua e tomate			Carreiroiro c/ milho e ovo picado/Feijão/ Sal. cenoura cru e alface			Arroz de forno c/ milho e ervilha/Frango assado c/ tempero verde/Feijão/ Sal. de couve-flor e tomate																	
MERENDA	Sanduiche de queijo + fruta			Salada de frutinhas picadas (laranja, maça e banana)			Lanche da família			Biscoito Maria + iogurte + fruta			DIA DA FRUTA			Obs. Cardápio sujeito a modificações, conforme combinação prévia com nutricionista e direção. *Frutas, legumes e verduras da época.			Nutr. Ana Paula Castanho – CRN2 8516P											



05 de Setembro

20 de Setembro

Obs. Cardápio sujeito a modificações, conforme combinação prévia com nutricionista e direção.
*Frutas, legumes e verduras da época.

Nutr. Ana Paula Castanho – CRN2 8516P