

CARDÁPIO MAIO



DIA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
01	SEM AULA	SEM AULA	SEM AULA
02	SEM AULA	SEM AULA	SEM AULA
05	MAÇÃ, SUCO DE MARACUJÁ E BISCOITO DE POLVILHO	ARROZ E FEIJÃO ENRIQUECIDO, CARNE DESFIADA C/ LEGUMES, POLENTA E SALADA DE BETERRABA	MELANCIA, SUCO DE LARANJA E MINI FILÃO COM REQUEIJÃO
06	MELANCIA, SUCO DE CAJUÚ E BOLO DE CENOURA	ARROZ E FEIJÃO ENRIQUECIDO, OVO DE FORNO, CABOTIA E QUIABO ASSADO, SALADA DE ALFACE E ACELGA	GOIABA, SUCO DE MARACUJÁ E BISCOITO DE POLVILHO
07	GOIABA, SUCO DE LARANJA COM CENOURA E MINI FILÃO COM QUEIJO	ARROZ E FEIJÃO ENRIQUECIDO, ESTROGONOFÉ DE FRANGO, BATATA DOCE EM PALITOS ASSADA, SALADA DE PEPINO E BRÓCOLIS	BOLACHA NUTITIVA PREPARADA NA ESCOLA
08	BANANA COM AVEIA, SUCO DE MARACUJÁ E PANQUECA DE BANANA	ARROZ E FEIJÃO ENRIQUECIDO, FRANGO PICADINHO COM MOLHO DE CENOURA, BERINJELA ASSADA E SALADA DE TOMATE	MAÇÃ, SUCO DE CAJU E BOLO CASEIRO
09	FRUTA DA ÉPOCA, SUCO DE UVA E OVO DE FORNO	MACARRÃO PENNE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATES FRESCOS ENRIQUECIDO COM BETERRABA E CENOURA E LEGUMES ASSADOS	FRUTA DA ÉPOCA, SUCO DE MARACUJÁ E PÃO COM MANTEIGA
12	MAÇÃ, SUCO DE CAJU E MINI FILÃO COM REQUEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO ENRIQUECIDO, PEIXE ASSADO, PURE DE BATATA COM MANDIOQUINHA E SALADA DE BETERRABA	BANANA COM AVEIA, SUCO DE MARACUJÁ E BISCOITO DE POLVILHO
13	BANANA, SUCO DE UVA E BOLO DE BANANA COM CACAU	ARROZ E FEIJÃO ENRIQUECIDO, OVO DE FORNO COM ESPINAFRE, CABOTIA E SALADA DE REPOLHO	MANGA, SUCO DE CAJU E MINI FILÃO COM QUEIJO
14	MELÃO, SUCO DE CAJU E BISCOITO DE POLVILHO	ARROZ E FEIJÃO ENRIQUECIDO, CARNE PICADINHA COM CENOURA, ABOBRINHA REFOGADA C/ FAROFA E SALADA DE CHUCHU	MAÇÃ, SUCO DE LARANJA COM BETERRABA E OVO MEXIDO
15	MANGA, SUCO DE LARANJA E PÃO DE LEITE COM MANTEIGA	ARROZ E FEIJÃO ENRIQUECIDO, ALMÔNDEGA DE FRANGO C/ CENOURA RALADA, CREME DE MILHO E SALADA DE ALFACE COM ALMEIRÃO	MELÃO, SUCO DE UVA E BOLO CASEIRO
16	FRUTA DA ÉPOCA, SUCO DE MARACUJÁ E BOLACHA NUTRITIVA COM CENOURA	MACARRÃO PARAFUSO COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATES FRESCOS ENRIQUECIDO COM CENOURA E BETERRABA E MIX DE LEGUMES	FRUTA DA ÉPOCA, SUCO DE CAJU E PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO
19	PERA, SUCO DE MARACUJÁ E BISCOITO DE POLVILHO	ARROZ E FEIJÃO ENRIQUECIDO, OVO DE FORNO COM QUEIJO, REPOLHO REFOGADO C/ CENOURA E SALADA DE CHUCHU	MELANCIA, SUCO DE LARANJA E MINI FILÃO COM REQUEIJÃO
20	MELANCIA E SUCO DE LARANJA COM BETERRABA E BOLO DE LARANJA	ARROZ E FEIJÃO ENRIQUECIDO, ESTROGONOFÉ DE FRANGO, BATATA ASSADA E SALADA DE TOMATE	BANANA, SUCO DE UVA E BISCOITO DE POLVILHO
21	MAÇÃ, SUCO DE UVA E MINI FILÃO COM QUEIJO	ARROZ E FEIJÃO ENRIQUECIDO, PEIXE ASSADO, PURE DE CABOTIA E SALADA DE ALFACE COM REPOLHO	PERA, SUCO DE MARACUJÁ E PANQUECA DE BANANA
22	BANANA COM AVEIA, SUCO DE CAJU E PANQUECA DE BANANA	ARROZ E FEIJÃO ENRIQUECIDO, HAMBURGUER NO FORNO COM ESPINAFRE, FAROFA NUTRITIVA E SALADA DE ABOBRINHA RALADA COM TOMATE	MAÇÃ, SUCO DE LARANJA E BOLO CASEIRO
23	FRUTA DA ÉPOCA, SUCO DE LARANJA E OVO DE FORNO	MACARRÃO PENNE FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATES FRESCOS ENRIQUECIDO C/ CENOURA E BETERRABA, SALADA DE BRÓCOLIS E BATATA	FRUTA DA ÉPOCA, SUCO DE CAJU E PÃO COM MANTEIGA
26	MAÇÃ, SUCO DE MARACUJÁ E MINI FILÃO COM REQUEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO ENRIQUECIDO, CARNE MOÍDA C/ LEGUMES, MANDIOCA COZIDA E SALADA DE ALFACE E ACELGA	BANANA COM AVEIA, SUCO DE CAJU E OVO MEXIDO
27	ABACATE, SUCO DE LARANJA E BOLO CASEIRO	ARROZ E FEIJÃO ENRIQUECIDO, FRANGO ENSOPADO, POLENTA E SALADA DE PEPINO COM TOMATE	ABACAXI, SUCO DE UVA E MINI FILÃO COM QUEIJO
28	BANANA, SUCO DE CAJU E BISCOITO DE POLVILHO	ARROZ E FEIJÃO ENRIQUECIDO, OVO DE FORNO, COUVE-FLOR REFOGADA E SALADA DE BETERRABA	MAÇÃ, SUCO DE LARANJA COM CENOURA E BISCOITO DE POLVILHO
29	ABACAXI, SUCO DE UVA E PÃO DE LEITE COM MANTEIGA	ARROZ E FEIJÃO ENRIQUECIDO, FRANGO ASSADO, MIX DE LEGUMES, COUVE REFOGADA E SALADA DE REPOLHO	ABACATE, SUCO DE MARACUJÁ E BOLO CASEIRO

30	FRUTA DA ÉPOCA, SUCO DE MARACUJÁ E PANQUECA DE BANANA	MACARRÃO PARAFUSO COM CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATES FRESCOS ENRIQUECIDO C/ CENOURA E BETERRABA, SALADA DE VERDE	FRUTA DA EPOCA, SUCO DE CAJU E PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO
----	---	---	---

O CARDÁPIO PODE SER AJUSTADO CONFORME A DISPONIBILIDADE E O FRESCOR DAS FRUTAS, LEGUMES E VEGETAIS DA ESTAÇÃO GARANTINDO REFEIÇÕES NUTRITIVAS E VARIADAS PARA AS CRIANÇAS

Natali Adriana Miquelino dos Reis -
CRN 33990

Nutricionista responsável