

CARDÁPIO MENSAL MAIO/2018 – NIVEIS

	Segundas	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Dia	07/05/18	08/05/18	09/05/18	10/05/18	11/05/18
Lanche	Lanche de casa	Frutas	Pão caseiro Integral c/ melado + chá	Calça virada + chá	Frutas
Almoço	Feijão / Arroz Polenta colorida Carne moída tipo pastel Alface + cenoura	Feijão / Arroz Massa c/tv Carne picadinha Couve flor + Beterraba	Feijão / Arroz Purê de batata File de peixe assado Tomate salada + brócolis	Feijão / Arroz Mix verde (couve e repolho refogado) Strogonoff carne chuchu + rabanete salada	Lentilha Galinhada Batata gratinada Cenoura ralada + Pepino conserva
Lanche	Lanche de casa Fruta	Frutas	Pão caseiro Integral c/ melado + chá	Torta de bolacha	Frutas
Jantar	Massa c/molho de frango + couve chinesa c/ tomate picado	Sopa de letrinhas	Lasanha de Polenta c/molho de frango + couve flor c/cenoura Cozidos	Sopa de feijão	Bolinho espinafre
Dia	14/05/18	15/05/18	16/05/18	17/05/18	18/05/18
Lanche	Lanche de casa	Frutas	Pão caseiro Integral c/ melado + chá	Bolo nega maluca	Frutas
Almoço	Feijão / Arroz Aipim cozido Molho de frango c/ervilhas Alface + tomate	Feijão / Arroz Massa c/ovo picado Molho de moída Couve flor + Beterraba	Lentilha / Arroz Purê de batata File Peixe assado Repolho + tomate	Feijão / Arroz Lasanha de frango Brócolis + rabanete salada	Feijão / Arroz Galinha c/massa Pepino + alface
Lanche	Lanche de casa Fruta	Frutas	Sanduche Natural c/ pão caseiro Integral	Iogurte c/biscoito	Frutas
Jantar	Sopa de legumes	Galinhada + Brócolis c/cenoura	Canja	Polenta c/guisadinho c/legumes + repolho c/tomate	Pastel de carne c/brócolis
Dia	21/05/18	22/05/18	23/05/18	24/05/18	25/05/18
Lanche	Lanche de casa	Frutas	Pão caseiro Integral c/ melado + chá	Waffer caseiro + chá	Frutas
Almoço	Feijão / Arroz Massa Molho de frango c/ervilhas Alface + beterraba	Feijão / Arroz Moranga c/ milho Carne picadinha Tomate + couve chinesa	Feijão / Arroz Purê de batata File de peixe Alface + cenoura	Feijão / Arroz Massa c/ milho e ervilha Guisadinho c/legumes Repolho + rabanete	Feijão /arroz Batata saute strogonoff de frango Salada de brócolos +tomate
Lanche	Lanche de casa Fruta	Frutas	Sanduche Natural c/ pão caseiro Integral	Torta de bolacha	Frutas
Jantar	Sopa de miúdos	Lasanha de polenta recheada com strogonoff de frango + repolho c/cenoura	Lentilhada	Carreteiro + couve chinesa c/beterraba	Massa a bolonhesa + couve flor c/cenoura
Dia	28/05/18	29/05/18	30/05/18	31/05/18	01/06/18
Lanche	Lanche de casa	Frutas	Pão caseiro Integral c/ melado + chá	Bolo de maçã	Frutas
Almoço	Feijão / Arroz Massa c/legumes Carne picadinha Alface + beterraba	Feijão / Arroz Polenta cremosa Carne moída tipo pastel Tomate + couve chinesa	Feijão / Arroz Purê de batata c/cenoura File de peixe Pepino + beterraba	Feijão / Arroz Batata doce c/cubinho suínos Cenoura + chuchu	Lentilha Carreteiro Aipim cozido Alface + rabanete
Lanche	Lanche de casa Fruta	Frutas	Pão caseiro integral c/melado	Sagu c/ creme	Frutas
Jantar	Sopa de carne	Sopa de feijão	Galinhada + repolho a vinagrete	Polenta recheada c/molho de moída	Pizza caseira integral de frango

O cardápio poderá, eventualmente, sofrer modificações.

Frutas são oferecidas diariamente.

Fabiana L. Kolling

=Nutricionista CRN² 9890