

**CARDÁPIO MENSAL AGOSTO /2021– NIVEL 1**

	Segundas	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>Dia</b>	<b>02/08/21</b>	<b>03/08/21</b>	<b>04/08/21</b>	<b>05/08/21</b>	<b>06/08/21</b>
<b>Lanche</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>
<b>Almoço</b>	<b>Feijão / Arroz Aipim cozido Molho de frango Alface + cenoura</b>	<b>Feijão / Arroz Massa c/tv Carne picadinha Couve flor + Beterraba</b>	<b>Feijão / Arroz Purê de batata File de peixe assado Tomate salada + brócolis</b>	<b>Feijão / Arroz Massa c/legumes Molho de moída chuchu + rabanete salada</b>	<b>Lentilha Galinhada Batata gratinada Cenoura ralada + Pepino conserva</b>
<b>Lanche</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>
<b>Jantar</b>	<b>Carreteiro com legumes</b>	<b>Lasanha de Polenta c/molho de frango + cenoura cozida</b>	<b>Massa a bolonhesa + beterraba cozida + alface.</b>	<b>Sopa de feijão</b>	<b>Sopa de letrinhas</b>
<b>Dia</b>	<b>09/08/21</b>	<b>10/08/21</b>	<b>11/08/21</b>	<b>12/08/21</b>	<b>13/08/21</b>
<b>Lanche</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>
<b>Almoço</b>	<b>Feijão / Arroz Polenta cremosa Molho de frango Alface + tomate</b>	<b>Feijão / Arroz Massa c/ovo picado Molho de moída Couve flor + Beterraba</b>	<b>Lentilha / Arroz Purê de batata File Peixe assado Repolho + tomate</b>	<b>Feijão / Arroz Lasanha de frango pepino + rabanete salada</b>	<b>Feijão / Carreteiro Batata cozida Alface + cenoura cozida</b>
<b>Lanche</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>
<b>Jantar</b>	<b>Lentilhada</b>	<b>Canja</b>	<b>Galinhada + Brócolis c/cenoura</b>	<b>Polenta c/guisadinho c/legumes + repolho c/tomate</b>	<b>Sopa de galinha</b>
<b>Dia</b>	<b>16/08/21</b>	<b>17/08/21</b>	<b>18/08/21</b>	<b>19/08/21</b>	<b>20/08/21</b>
<b>Lanche</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>
<b>Almoço</b>	<b>Feijão / Arroz Nhoque de espinafre Molho de frango c/ervilhas Alface + beterraba</b>	<b>Feijão / Arroz Aipim cozido Carne picadinha Tomate + couve chinesa</b>	<b>Feijão/ Arroz Purê de batata File de peixe Alface + cenoura</b>	<b>Feijão / Arroz Massa Guisadinho c/legumes Repolho + rabanete</b>	<b>Lentilha /Arroz Batata saute Molho de frango Salada de brócolos +tomate</b>
<b>Lanche</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>
<b>Jantar</b>	<b>Lasanha de polenta recheada com molho de frango + repolho c/cenoura</b>	<b>Massa com frango + couve flor c/cenoura</b>	<b>Sopa de Feijão</b>	<b>Carreteiro + couve chinesa c/beterraba</b>	<b>Massa a bolonhesa + couve flor e brócolis</b>
<b>Dia</b>	<b>23/08/21</b>	<b>24/08/21</b>	<b>25/08/21</b>	<b>26/08/21</b>	<b>27/08/21</b>
<b>Lanche</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>
<b>Almoço</b>	<b>Feijão / Arroz Massa c/legumes Carne picadinha Alface + beterraba</b>	<b>Feijão / Arroz Polenta cremosa Carne moída tipo pastel Tomate + couve chinesa</b>	<b>Feijão / Arroz Purê de batata c/cenoura File de peixe Pepino + beterraba</b>	<b>Feijão / Arroz Batata doce c/cubinho suínos Cenoura + chuchu</b>	<b>Lentilha / Arroz Aipim cozido Iscas ao molho Alface + rabanete</b>
<b>Lanche</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Frutas</b>
<b>Jantar</b>	<b>Galinhada + repolho a vinagrete</b>	<b>Sopa caldo verde</b>	<b>Lentilhada</b>	<b>Polenta recheada c/molho de moída + alface</b>	<b>Canja</b>

O cardápio poderá, eventualmente, sofrer modificações. Frutas são oferecidas diariamente.

Fabiana L. Kolling - Nutricionista CRN<sup>2</sup> 9890