

CARDÁPIO DE MAIO 2018

Semana 1					
	Segunda-Feira 07/05/18	Terça-Feira 08/05/18	Quarta-Feira 09/05/18	Quinta-Feira 10/05/18	Sexta-Feira 11/05/18
LANCHE DA MANHÃ	Bisnaguinha com requeijão + Leite com achocolato Opção de bebida: Suco de Fruta	Cream Cracker com manteiga + Leite Fermentado Opção de bebida: Suco de Fruta	Pão francês com queijo e presunto + Leite com achocolatado Opção de bebida: Suco de Fruta	Pipoca caseira + Suco de Fruta Opção de bebida: Leite fermentado	Pão de forma com queijo branco + logurte Opção de bebida: Suco de Fruta
ALMOÇO	Segunda-Feira 07/05/18	Terça-Feira 08/05/18	Quarta-Feira 09/05/18	Quinta-Feira 10/05/18	Sexta-Feira 11/05/18
Prato Base	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão
Prato Principal	Sobrecoxa crocante	Carne ensopada com abóbora	Gratinado de frango com alho poró	Peixe assado ao molho de tomate	Strogonoff de Frango
Guarnição	Espaguete ao molho branco	Bolinho de arroz assado	Legumes refogado	Purê de Batata	Batata Palha
Opção de Prato	Almôndega de carne	Tirinhas de frango	Picadinho de carne	Frango desfiado	Espetinho de carne
Salada	Alface, tomate e brócolis	Alface, tomate e ervilha	Rúcula e tomate	Alface, tomate e palmito	Alface, tomate e beterraba
Bebida	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da época	Fruta da Época

Semana 2					
	Segunda-Feira 14/05/18	Terça-Feira 15/05/18	Quarta-Feira 16/05/18	Quinta-Feira 17/05/18	Sexta-Feira 18/05/18
LANCHE DA MANHÃ	Rosquinha de chocolate + iogurte de Fruta Opção de bebida: Suco de Fruta	Pão de leite com requeijão + Leite Fermentado Opção de bebida: Suco de Fruta	Bolo simples + Leite com achocolatado Opção de bebida: Suco de Fruta	Mini broa com manteiga + Suco de Fruta Opção de bebida: Leite fermentado	Leite com cereais Opção: Fruta
ALMOÇO	Segunda-Feira 14/05/18	Terça-Feira 15/05/18	Quarta-Feira 16/05/18	Quinta-Feira 17/05/18	Sexta-Feira 18/05/18
Prato Base	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão
Prato Principal	Hambúrguer de carne	Strogonoff de frango	Carne moída com ervilha	Torta de frango com requeijão	Peixe assado
Guarnição	Farofa colorida	Batata palha	Batata assada com azeite e orégano	Legumes refogado	Purê de mandioquinha
Opção de Prato	Omelete de forno	Carne desfiada	Frango desfiado	Espetinho de carne	Picadinho de frango
Salada	Alface, rúcula e tomate	Alface, tomate e beterraba	Alface, tomate e cenoura	Alface e tomate	Alface, tomate e pepino
Bebida	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta
Sobremesa	Pirulito de banana com chocolate	Pirulito de banana com chocolate	Pirulito de banana com chocolate	Pirulito de banana com chocolate	Pirulito de banana com chocolate

Semana 3					
	Segunda-Feira 21/05/18	Terça-Feira 22/05/18	Quarta-Feira 23/05/18	Quinta-Feira 24/05/18	Sexta-Feira 25/05/18
LANCHE DA MANHÃ	Torrada com manteiga + Leite com achocolato	Cookies integrais + Leite Fermentado	Pão de Cará com manteiga+ Leite com achocolatado	Rosquinha de coco + Suco de Fruta	Bisnaguinha integral com peito de peru + logurte
	Opção de bebida: Suco de Fruta	Opção de bebida: Suco de Fruta	Opção de bebida: Suco de Fruta	Opção de bebida: Leite fermentado	Opção de bebida: Suco de Fruta
ALMOÇO	Segunda-Feira 21/05/18	Terça-Feira 22/05/18	Quarta-Feira 23/05/18	Quinta-Feira 24/05/18	Sexta-Feira 25/05/18
Prato Base	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão
Prato Principal	Peixe ensopado	Quibe assado com requeijão	Frango assado	Rocambole de carne	Tirinhas de frango empanadas e assadas
Guarnição	Purê de mandioquinha	Legumes refogado	Farofa de ovos	Macarrão ao molho branco	Creme de milho
Opção de Prato	Fricassê de frango	Ovos mexidos	Espetinho de carne	Frango grelhado	Carne desfiada
Salada	Alface, tomate e beterraba	Alface e salada de grão de bico	Alface e salada de maionese	Alface, tomate e ervilha	Alface, tomate e vagem
Bebida	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta
Sobremesa	Gelatina	Gelatina	Gelatina	Gelatina	Gelatina

Semana 4					
	Segunda-Feira 28/05/18	Terça-Feira 29/05/18	Quarta-Feira 30/05/18	Quinta-Feira 31/05/18	Sexta-Feira 01/06/18
LANCHE DA MANHÃ	Mini Pão de Queijo + Suco de Fruta Opção: Leite com achocolatado	Biscoito de Polvilho + Leite Fermentado Opção de bebida: Suco de Fruta	Biscoito de aveia + Leite com achocolatado Opção de bebida: Suco de Fruta	F E R I A D O	F E R I A D O
ALMOÇO	Segunda-Feira 28/05/18	Terça-Feira 29/05/18	Quarta-Feira 30/05/18	Quinta-Feira 31/05/18	Sexta-Feira 01/06/18
Prato Base	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão	Arroz Branco Arroz Integral Feijão		
Prato Principal	Frango à pizzaiolo	Peixe ensopado	Escondidinho de carne com mandioca	F E R I A D O	F E R I A D O
Guarnição	Batata cozida com ervas	Couve flor gratinada	Vagem e cenoura na manteiga		
Opção de Prato	Carne ensopada	Espetinho de frango	Ovos mexidos		
Salada	Mix de folhas com palmito	Alface e tomate	Mix de folhas		
Bebida	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Suco de Fruta		
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época		

Thalssa Martins de Jesus
Nutricionista
CRN3: 47734/P