

	<b>SEGUNDA-FEIRA</b> 04/nov	<b>TERÇA-FEIRA</b> 05/nov	<b>QUARTA-FEIRA</b> 06/nov	<b>QUINTA-FEIRA</b> 07/nov	<b>SEXTA-FEIRA</b> 08/nov
<b>Lanche da Manhã</b>  (papa/suco)	Pão de forma com margarina	Bolo de fubá	Pão sovado com margarina	Pão de leite	Pão de mel*
	Suco de fruta natural	Suco de fruta natural	Suco de fruta natural	Suco de fruta natural	Suco de fruta natural
	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
	Mamão	Pera	Goiaba	Banana prata	Abacate com manga
<b>Almoço</b>	Arroz + Feijão	Arroz + Feijão preto	Macarrão ao alho e óleo Frango	Arroz + Feijão	Arroz + Feijão
	Isclas de carne grelhadas	Carne suína acebolada Purê	em cubos grelhado	Carne moída com inhame	Filé de coxa assado Brócolis
	Cenoura em rodela	de batatas Salada	Salada de agrião	Salada de alface crespa	no azeite Salada de
	Salada de tomate	de folhas mistas			tomate
<b>Papa Principal</b>	Arroz,caldo de feijão,carne,batata, repolho, abóbora, brócolis	Arroz,gema de ovo cozida, batata, cenoura,chuchu,couve	Arroz,caldo de feijão,frango,batata doce,espinafre, abobrinha, abóbora	Arroz, caldo de feijão, carne, cenoura, cará, escarola, chuchu	Arroz,caldo de feijão, frango, vagem, mandioquinha ,abóbora
<b>Sobremesa / Bebida</b>	Fruta da época	Suco de fruta natural	Fruta da época	Suco de fruta natural	Fruta da época
<b>Lanche da Tarde</b>  (Papa de	Pão de forma com margarina	Bolo de fubá	Pão sovado com margarina	Pão de leite	Pão de mel
	Suco de fruta natural	Suco de fruta natural	Suco de fruta natural	Suco de fruta natural	Suco de fruta natural
	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
	Banana prata	Mamão	Banana com abacate	Pêra	Goiaba
	Leite da criança	Leite da criança	Leite da criança	Leite da criança	Leite da criança
<b>Jantar</b>	Arroz + Feijão preto	Arroz+ Feijão enriquecido com abóbora	Arroz com cenoura ralada	Arroz + Feijão	Macarrão ao alho e óleo
	Carne suína com batatas	Tirinhas de peixe ao forno	Feijão Picadinho	Sobrecoxa assada Verdura	Molho ao sugo
	Salada de folhas mistas	Salada de tomate	bovino ao molho	refogada Salada de	Carne moída refogada
			Mix de folhas	tomate	Salada de alface crespa
<b>(Papa)</b>	Arroz, caldo de feijão,batata doce, gema de ovo cozida,abóbora,escarola vagem	Sopa de fubá, com frango,cenoura e couve	Sopa de feijão,batata,abobrinha, carne,espinafre	Arroz, caldo de feijão,frango,abobrinha couve flor,cenoura,batata	Arroz, carne, batata, beterraba, chuchu e acelga
<b>Sobremesa / Bebida</b>	Fruta da época	Suco de fruta natural	Fruta da época	Suco de fruta natural	Fruta da época

BERÇÁRIO

Cardápio sujeito a alterações

\* sem cobertura

OBS: Diariamente, a refeição acompanha Arroz e Feijão



	SEGUNDA-FEIRA 11/nov	TERÇA-FEIRA 12/nov	QUARTA-FEIRA 13/nov	QUINTA-FEIRA 14/nov	SEXTA-FEIRA 15/nov
<b>Lanche da Manhã</b>  (papa/suco)	Bisnaguinha com margarina Suco de fruta natural Fruta da época  Maçã	Rosquinha de coco Suco de fruta natural Fruta da época  Abacate com manga	Mini pão francês com requeijão Suco de fruta natural Fruta da época  Goiaba	Pão de leite com creme de queijo Suco de fruta natural Fruta da época Manga	
<b>Almoço</b>	Arroz + Feijão Ovos mexidos Legume na salsa Mix de folhas com tomate	Arroz + Feijão Cubinhos de carne ensopado ao m. roti Espinafre refogado Salada de cenoura ralada	Arroz + Feijão Palitinhos de frango empanado assado Batata e cenoura no azeite	Macarrão ao alho e óleo Molho ao sugo enriquecido com cenoura Picadinho acebolado Salada de tomate	
<b>Papa Principal</b>	Arroz ,caldo de feijão, gema de ovo cozida,espinafre,acelga, mandioca, cenoura	Arroz,carne,chuchu, abóbora, couve flor, inhame	Arroz ,caldo de feijão,frango,cenoura, repolho, mandioca, abobrinha	Arroz, caldo de feijão,carne, vagem, mandioquinha, abóbora, escanola	
<b>Sobremesa / Bebida</b>	Fruta da época	Suco de fruta natural	Fruta da época	Suco de fruta natural	
<b>Lanche da Tarde</b>  (Papa de	Bisnaguinha com margarina Suco de fruta natural Fruta da época  Maçã Leite da criança	Rosquinha de coco Suco de fruta natural Fruta da época  Mamão Leite da criança	Mini pão francês com requeijão Suco de fruta natural Fruta da época  Kiwi e manga Leite da criança	Pão de leite com creme de queijo Suco de fruta natural Fruta da época Goiaba Leite da criança	<b>FERIADO</b>
<b>Jantar</b>	Arroz + Feijão Carne de panela com mandioca Salada de alface	Arroz + Feijão Frango desfiado com cenoura Salada de mix de folhas	Arroz + Feijão Mini omelete com legumes ralados Folhas mistas	Arroz + Feijão Carne suína assada Purê misto Salada de tomate	
<b>(Papa)</b>	Arroz, carne,cenoura,couve, beterraba,inhame,abobrinha	Sopa de legumes com frango e couve	Sopa de macarrão com legumes e carne	Sopa com frango, arroz, ervilha, cenoura e espinafre	
<b>Sobremesa / Bebida</b>	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Suco de fruta natural	



Lucimara L. Costa  
Nutricionista - CRN3ª: 7289

nov/19

BERÇÁRIO

	SEGUNDA-FEIRA 18/nov	TERÇA-FEIRA 19/nov	QUARTA-FEIRA 20/nov	QUINTA-FEIRA 21/nov	SEXTA-FEIRA 22/nov
<b>Lanche da Manhã</b> (papa/suco)	Biscoito salgado/ Biscoito doce Suco de fruta natural Fruta da época Pera	Mini pão de queijo Suco de fruta natural Fruta da época Mamão		Pão francês com margarina Suco de fruta natural Fruta da época Maçã	Bolo de fruta caseiro Suco de fruta natural Fruta da época Banana com goiaba
<b>Almoço</b>	Arroz + Feijão preto Carne suína assada Abóbora na salsa Salada de tomate	Arroz + Feijão Cação ao leite de coco Chuchu refogado Salada de folhas		Macarrão ao alho e óleo Molho ao sugo Filé de coxa assada Salada de folhas mistas com cenoura ralada	Arroz + Feijão Carne louca Batata palito assada Salada de pepino
<b>Papa Principal (almoço)</b>	Arroz, caldo de feijão, frango, cenoura, couve flor, abobrinha, mandioquinha	Arroz, batata, gema de ovo cozida, repolho, chuchu abóbora		Arroz, caldo de feijão, frango, chuchu, couve flor, abóbora, mandioca	Arroz, batata, carne, brócolis, cará, abobrinha, cenoura
<b>Sobremesa / Bebida</b>	Fruta da época	Suco de fruta natural			Fruta da época
<b>Lanche da tarde</b> (Papa de fruta)	Biscoito salgado/ Biscoito doce Suco de fruta natural Fruta da época Mamão Leite da criança	Mini pão de queijo Suco de fruta natural Fruta da época Manga Leite da criança		Pão francês com margarina Suco de fruta natural Fruta da época Leite da criança	Bolo de fruta caseiro Suco de fruta natural Fruta da época Goiaba com pera Leite da criança
<b>Jantar</b> (papa)	Arroz+ Feijão cozido Ovo Jardineira de legumes Salada de folhas	Arroz+ Feijão preto Carne suína com legume Salada de tomate		Arroz + Feijão Cubinhos de carne Mandioca na salsa Salada de tomate	Arroz + Feijão Bolinho de peixe assado Chuchu refogado Salada de folhas
<b>Sobremesa / Bebida</b>	Sopa de feijão branco com cenoura, frango, brócolis Fruta da época	Arroz, caldo de feijão, carne, espinafre, beterraba, mandioca, abobrinha, abóbora Suco de fruta natural		Sopa de legumes com macarrão e carne Suco de fruta natural	Arroz, caldo de feijão, frango, verdura, vagem, batata, abóbora Fruta da época

FERIADO



Lucimara L. Costa  
Nutricionista - CRN3ª: 7289

nov/19

BERÇÁRIO

	SEGUNDA-FEIRA 25/nov	TERÇA-FEIRA 26/nov	QUARTA-FEIRA 27/nov	QUINTA-FEIRA 28/nov	SEXTA-FEIRA 29/nov
<b>Lanche da Manhã</b>	Pão de forma Queijo branco em cubinhos Suco de fruta natural Fruta da época	Biscoito de aveia, mel e granola Suco de fruta natural Fruta da época	Pão sovado com margarina Suco de fruta natural Fruta da época	Bolo de banana Suco de fruta natural Fruta da época	Pão francês com requeijão Suco de fruta natural Fruta da época
<b>(papa/suco)</b>	Maçã com manga	Goiaba	Mamão	Banana	Manga
<b>Almoço</b>	Arroz + Feijão Frango desfiado refogado Legume na salsa Mix de folhas	Arroz Mini feijoada ( feijão preto e carne suína) Couve refogada Farofa	Macarrão ao alho e óleo branco panela Salada alface com tomate	Arroz + Feijão enriquecido com beterraba Omelete de forno com legume Salada de escarola	Arroz + Feijão Almôndegas bovinas caseiras Abobrinha refogada Salada de tomate
<b>Papa Principal (almoço)</b>	Arroz, carne, abóbora, inhame, chuchu, verdura	Arroz, caldo de feijão, frango, acelga, beterraba, mandioquinha, abobrinha	Arroz, caldo de feijão, repolho, espinafre, chuchu, mandioquinha, carne	Arroz, caldo de feijão, gema de ovo cozida, cenoura, vagem, repolho, abobrinha	Arroz, caldo de feijão, carne, chuchu abóbora, brócolis, inhame
<b>Sobremesa / Bebida</b>	Fruta da época	Suco de fruta natural	Fruta da época	Suco de fruta natural	Fruta da época
<b>Lanche da Tarde</b>	Pão de forma Queijo branco em cubinhos Suco de fruta natural Fruta da época	Biscoito de aveia, mel e granola Suco de fruta natural Fruta da época	Pão sovado com margarina Suco de fruta natural Fruta da época	Bolo de banana Suco de fruta natural Fruta da época	Pão francês com requeijão Suco de fruta natural Fruta da época
<b>(Papa de fruta)</b>	Banana com aveia Leite da criança	Manga Leite da criança	Pera com abacate Leite da criança	Mamão Leite da criança	Goiaba Leite da criança
<b>Jantar</b>	Arroz + Feijão Almôndegas bovinas caseiras Verdura refogada Salada de tomate	Arroz + Feijão Tirinhas de frango grelhadas Purê misto Mix de folhas	Arroz Mini feijoada ( feijão preto e carne suína) Couve refogada Farofa	Macarrão ao alho e óleo Molho ao sugo Carne de panela Salada pepino com tomate	Arroz + Feijão enriquecido com beterraba Mini omelete com legume Salada de escarola
<b>(papa)</b>	Arroz, caldo de feijão, carne, abóbora, cará, chuchu e verdura	Sopa de ervilhas com frango e mandioca	Sopa com arroz, cenoura, carne, vagem e batata doce	Arroz, caldo de feijão, gema de ovo cozida, abóbora, verdura mandioquinha	Sopa de lentilha com carne, batata, verdura, cenoura

**Sobremesa /  
Bebida**

Fruta da época

Suco de fruta natural

Fruta da época

Suco de fruta natural

Fruta da época

*Cardápio sujeito a alterações*

*OBS: Diariamente, a refeição acompanha Arroz e Feijão*