

Cardápio
Semana

NOVEMBRO 2019

D	S	T	Q	Q	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Observações:

18 a 22 nov semana do cardápio

Frutas: Maçã, Mamão, Banana, Melão.

Sobremesas: Frutas picadas ou gelatina

O cardápio estará sujeito a alterações caso necessário.

Viviane Teixeira Festa

Nutricionista - CRN8-4653

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Café da manhã	Fruta picada ou Suco de fruta	Vitamina de fruta	Fruta picada ou Suco de fruta	Vitamina de fruta	Fruta picada ou Suco de fruta
Almoço	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral	Arroz Integral
	Feijão Branco	Feijão Preto	Feijão Branco	Feijão Preto	Feijão Branco
	FRANGO AO MOLHO	ALMÔNDEGAS AO MOLHO	ESCONDIDINHO DE FRANGO	CUBOS DE FRANGO AO MOLHO	CARNE MOÍDA REFOGADA
	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	POLENTA CREMOSA		PURÊ DE BATATA	MACARRÃO AO SUGO
	Legumes refogados	Legumes refogados	Legumes refogados	Legumes refogados	Legumes refogados
	3 tipos de salada	3 tipos de salada	3 tipos de salada	3 tipos de salada	3 tipos de salada
	Suco natural/ Fruta	Suco natural/ Fruta	Suco natural/ Fruta	Suco natural/ Fruta	Suco natural/ Fruta
Sobremesas: Frutas picadas ou gelatina					
Lanche Tarde	Achocolatado	Chá de ervas	Suco natural	Leite fermentado	Leite
	Pão integral com manteiga e queijo + Fruta	Bolo de Banana + Fruta	Pão de queijo + Fruta	Pão de minuto + Fruta	Cereal + Fruta
Jantar	Sopa de carne, cabelinho de anjo, batata, cenoura e chuchu	Sopa de feijão	Sopa de frango, arroz, batata salsa, abóbora e abobrinha	Canja	Caldo verde com carne (abobrinha, batata, chuchu, espinafre)