

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO BERÇÁRIO
3ª semana de março
De 09/03 a 13/03

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Maçã	Banana	Manga	Pera	Mamão
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo cozido Cenoura em cubinhos Espinafre refogado Mamão	Arroz integral Feijão preto Carne assada Aipim em cubinhos Salada de brócolis Melancia	Arroz integral Feijão preto Peixe ensopado Purê de batata inglesa Bertalha refogada Maçã cozida	Macarrão Feijão preto Frango ensopado Salada de couve flor e cenoura Salada de frutas	Arroz integral Feijão preto Língua ensopada Abóbora em cubinhos Couve refogada Pera
LANCHE	Papa de banana e manga	Papa de pera e mamão	Papa de banana e abacate	Papa de manga e maçã	Papa de banana e ameixa preta cozida
JANTAR	Sopa de legumes Batata barôa Abobrinha Abóbora Cebolinha Músculo Massinha	Sopa de feijão branco com legumes Batata inglesa Chuchu Cenoura Agrião Frango Arroz integral	Sopa de legumes Inhame Abobrinha Abóbora Salsa Músculo Massinha	Sopa de ervilha com legumes Batata inglesa Chuchu Cenoura Espinafre Frango Arroz integral	Sopa de feijão preto com cenoura Chuchu Músculo Massinha
SOBREMESA	Pera	Salada de frutas	Mamão	Banana	Maçã ralada

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003724

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO CRECHE

3ª semana de março

De 09/03 a 13/03

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Melão	Laranja-lima	Maçã	Banana	Manga
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo cozido Cenoura em cubinhos Espinafre refogado Maçã	Arroz integral Feijão preto Carne assada Aipim em cubinhos Salada de brócolis Melancia	Arroz integral Feijão preto Peixe ensopado Purê de batata inglesa Bertalha refogada Mamão	Macarrão espaguete Feijão preto Frango ensopado Salada de couve flor e cenoura Melão	Arroz integral Feijão preto Língua ensopada Abóbora em cubinhos Couve refogada Banana
LANCHE	Suco de manga Pão integral com pastinha de queijo minas	Suco de tangerina Biscoito integral com pastinha de ricota	Suco de uva Brioche de milho com pastinha de frango	Suco de laranja G3: Biscoito integral e orgânico de morango G2: Biscoito integral com pastinha de queijo minas	Suco de uva G3: Bolo de fubá com leite de coco G2: Salada de frutas
JANTAR	Sopa de legumes Batata barôa Abobrinha Abóbora Cebolinha Músculo Massinha	Sopa de feijão branco com legumes Batata inglês Chuchu Cenoura Agrião Frango Arroz integral	Sopa de legumes Inhame Abobrinha Abóbora Salsa Músculo Massinha	Sopa de ervilha com legumes Batata inglesa Chuchu Cenoura Espinafre Frango Arroz integral	Sopa de feijão preto com cenoura Chuchu Músculo Massinha
SOBREMESA	Banana	Maçã	Laranja-lima	Mamão	Maçã G2: Manga

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO ESCOLA
3ª semana de março
De 09/03 a 13/03

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Melão	Laranja-lima	Maçã	Banana	Manga
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo cozido Cenoura em cubinhos Espinafre refogado Maçã	Arroz integral Feijão preto Carne assada Aipim em cubinhos Salada de brócolis Melancia	Arroz integral Feijão preto Peixe ensopado Purê de batata inglesa Bertalha refogada Mamão	Macarrão espaguete Feijão preto Frango ensopado Salada de couve flor e cenoura Melão	Arroz integral Feijão preto Língua ensopada Abóbora em cubinhos Couve refogada Banana
LANCHE	Suco de manga Pãozinho com manteiga	Suco de tangerina Biscoito integral com queijo branco	Suco de uva Bolo de chocolate	Suco de laranja Pão careca com requeijão	Lanche surpresa

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003