

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO BERÇÁRIO

2ª semana de janeiro

De 11/01 a 15/01

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Manga	Maçã	Salada de frutas	Banana	Manga
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo cozido Cenoura em cubinhos Espinafre refogado Maçã	Arroz integral Feijão preto Peixe ensopado Purê de batata inglesa Brócolis cozido Banana	Arroz integral Feijão preto Carne assada Farofa Beterraba em cubinhos Agrião refogado Mamão	Macarrão espaguete Feijão preto Moela ensopada Abobrinha picadinha Bertalha refogada Laranja-lima	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Purê de inhame Couve refogada Salada de frutas
LANCHE	Papa de banana e pera	Papa de maçã e manga	Papa de banana e ameixa preta cozida	Papa de mamão e maçã	Papa de banana ameixa preta
JANTAR	Sopa de legumes Batata barôa Abobrinha Abóbora Salsa Músculo Massinha	Sopa de legumes com Inhame Chuchu Cenoura Frango Arroz integral	Sopa de ervilha Abóbora Abobrinha Batata inglesa Agrião Músculo Massinha	Sopa de legumes Inhame Chuchu Cenoura Espinafre Arroz integral Frango	Sopa de feijão preto com legumes Músculo Massinha
SOBREMESA	Mamão	Pera	Manga	Salada de frutas	Maçã

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003724

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO CRECHE
2ª semana de janeiro
De 11/01 a 15/01

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Laranja-lima	Maçã	Banana	Manga	Melão
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo cozido Cenoura em cubinhos Espinafre refogado Maçã	Arroz integral Feijão preto Peixe ensopado Purê de batata inglesa Brócolis cozido Banana	Arroz integral Feijão preto Carne assada Farofa Beterraba em cubinhos Agrião refogado Mamão	Macarrão espaguete Feijão preto Moela ensopada Abobrinha picadinha Bertalha refogada Laranja-lima	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Purê de inhame Couve refogada Manga
LANCHE	Suco de manga Biscoito cream cracker integral com requeijão	Suco de uva Milho cozido G2: Manga	Suco de caju Pão integral com pastinha de ricota	Suco de tangerina Biscoito integral de cacau e mel G2: Cream cracker integral com pastinha de queijo minas	Suco de laranja Brioche de cenoura com requeijão G2: Banana
JANTAR	Sopa de legumes Batata barôa Abobrinha Abóbora Salsa Músculo Massinha	Sopa de legumes com Inhame Chuchu Cenoura Frango Arroz integral	Sopa de ervilha Abóbora Abobrinha Batata inglesa Agrião Músculo Massinha	Sopa de legumes Inhame Chuchu Cenoura Espinafre Arroz integral Frango	Sopa de feijão preto com legumes Músculo Massinha
SOBREMESA	Melão	Mamão	Manga	Banana	Maçã G2: Laranja- lima

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003724

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO ESCOLA
2ª semana de janeiro
De 11/01 a 15/01

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MANHÃ Jardim 1	Suco de laranja Biscoito cream cracker com manteiga	Suco de tangerina Maçã Biscoito de leite	Suco de manga Pão francês com requeijão	Suco de uva Biscoito de cacau	Suco de goiaba Bisnaguinha com requeijão
ALMOÇO Sugestão para casa	Arroz integral Feijão preto Ovo cozido Cenoura em cubinhos Espinafre refogado Maçã	Arroz integral Feijão preto Peixe ensopado Purê de batata inglesa Brócolis cozido Banana	Arroz integral Feijão preto Carne assada Farofa Beterraba em cubinhos Agrião refogado Mamão	Macarrão espaguete Feijão preto Moela ensopada Abobrinha picadinha Bertalha refogada Laranja-lima	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Purê de inhame Couve refogada Manga
LANCHE TARDE Jardim 2	Suco de manga Biscoito cream cracker com manteiga	Suco de uva Maçã Biscoito de leite	Suco de caju Pão francês com requeijão	Suco de tangerina Biscoito de cacau	Suco de laranja Bisnaguinha com requeijão

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003724