

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO BERÇÁRIO

3ª semana de setembro

De 20/09 a 24/09

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Maçã	Mamão	Banana	Pera	Banana
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo cozido Cenoura em cubinhos Brócolis refogado Melancia	Macarrão Feijão preto Carne moída com abobrinha Espinafre refogado Banana	Arroz integral Feijão preto Peixe ensopado Purê de batata inglesa Couve refogada Pera	Arroz integral Feijão preto Língua ensopada com cenoura Salada de couve-flor Maçã	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Beterraba em cubinhos Agrião refogado Pera
LANCHE	Papa de banana e ameixa preta cozida	Papa de manga e pera	Papa de mamão e maçã	Papa de banana e abacate	Papa de manga e maçã
JANTAR	Sopa de legumes Batata inglesa Abobrinha Abóbora Brócolis Músculo Arroz integral	Sopa de ervilha com legumes Cenoura Chuchu Espinafre Frango Massinha	Sopa de legumes Abóbora Inhame Abobrinha Couve Músculo Massinha	Sopa de lentilha com legumes Chuchu Cenoura Arroz integral Frango	Sopa de feijão preto com cenoura Salsinha Massinha Músculo
SOBREMESA	Pera	Salada de frutas	Manga	Mamão	Salada de frutas

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003724

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO CRECHE

3ª semana de setembro

De 20/09 a 24/09

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Maçã	Melancia	Melão	Banana	Manga
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo cozido Cenoura em cubinhos Brócolis refogado Melancia	Macarrão Feijão preto Carne moída com abobrinha Espinafre refogado Banana	Arroz integral Feijão preto Peixe ensopado Purê de batata inglesa Couve refogada Maçã	Arroz integral Feijão preto Língua ensopada com cenoura Salada de couve-flor Manga	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Farofa Beterraba em cubinhos Agrião refogado Melão
LANCHE	Suco de uva Brioche de cenoura com pastinha de queijo minas G2: Brioche de cenoura	Suco de laranja Cream cracker integral com mel G2: Cream cracker integral Manga em cubos	Suco de manga Pão integral com requeijão G2: Suco de manga Pão integral Banana	Suco de tangerina Biscoito de aveia Suco de tangerina G2: Cookie caseiro de banana com aveia (sem açúcar)	Suco de abacaxi Pão careca com pastinha de queijo minas Suco de abacaxi G2: Brioche de milho
JANTAR	Sopa de legumes Batata inglesa Abobrinha Abóbora Brócolis Músculo Arroz integral	Sopa de ervilha com legumes Cenoura Chuchu Espinafre Frango Massinha	Sopa de legumes Abóbora Inhame Abobrinha Couve Músculo Massinha	Sopa de lentilha com legumes Chuchu Cenoura Agrião Arroz integral Frango	Sopa de feijão preto com cenoura Salsinha Massinha Músculo
SOBREMESA	Melão	Banana	Laranja seleta	Maçã	Banana

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO ESCOLA

3ª semana de setembro

De 20/09 a 24/09

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MANHÃ	Suco de uva Torrada com cream cheese	Suco de laranja Cream cracker com geleia	Suco de manga Pão francês com requeijão	Suco de tangerina Biscoito de aveia e mel	Suco de abacaxi Torrada com manteiga
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo cozido Cenoura em cubinhos Brócolis refogado Melancia	Macarrão Feijão preto Carne moída com abobrinha Espinafre refogado Banana	Arroz integral Feijão preto Peixe ensopado Purê de batata inglesa Couve refogada Maçã	Arroz integral Feijão preto Língua ensopada com cenoura Salada de couve-flor Manga	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Farofa Beterraba em cubinhos Agrião refogado Melão
LANCHE TARDE	Suco de uva Brioche de batata com blanquet de peru	Suco de laranja Cream cracker com geleia	Suco de manga Pão careca com requeijão	Suco de tangerina Biscoito de aveia e mel	Suco de abacaxi Torrada com manteiga

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003