

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO BERÇÁRIO
1ª semana de agosto
De 01/08 a 05/08

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Reciclagem da equipe	Mamão	Banana	Maçã cozida	Pera
ALMOÇO	Reciclagem da equipe	Massinha Feijão preto Ovo mexido Salada de cenoura Salada de brócolis Banana	Arroz integral Feijão preto Carne moída Beterraba em cubinhos Acelga refogada Maçã cozida	Arroz integral Feijão preto Peixe ensopado Purê de batata inglesa Espinafre refogado Manga	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Abóbora em cubinhos Agrião refogado Mamão
LANCHE	Reciclagem da equipe	Papa de maçã cozida e manga	Papa de mamão e pera	Papa de banana e ameixa preta cozida	Papa de manga e maçã cozida
JANTAR	Reciclagem da equipe	Sopa de lentilha com: Abobrinha Cenoura Inhame Salsinha Frango Arroz integral	Sopa de legumes Batata inglesa Abóbora Chuchu Espinafre Músculo Massinha	Sopa de ervilha com: Inhame Cenoura Agrião Frango Arroz integral	Sopa de feijão preto com legumes Massinha Músculo
SOBREMESA	Reciclagem da equipe	Salada de frutas	Manga	Pera	Salada de frutas

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003724

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO CRECHE

1ª semana de agosto

De 01/08 a 05/08

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Reciclagem da equipe	Banana	Manga	Mamão	Melão
ALMOÇO	Reciclagem da equipe	Macarrão Feijão preto Ovo mexido Cenoura em cubinhos Salada de brócolis Melão	Arroz integral Feijão preto Carne moída Abóbora em cubinhos Acelga refogada Mamão	Arroz integral Feijão preto Peixe ensopado Purê de batata inglesa Espinafre refogado Melancia	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Farofa com salsinha Beterraba em cubinhos Agrião refogado Manga
LANCHE	Reciclagem da equipe	Suco de manga Biscoito integral e orgânico de coco G2: Manga Biscoito de arroz integral	Suco de abacaxi Torrada integral multigrãos com geleia sem açúcar G2: Frutas no pote - Melão e banana	Suco de caju Brioche de cenoura com pastinha de queijo minas G2: Manga Biscoito de arroz integral	Suco de uva Cracker integral com requeijão G2: Frutas no pote - Banana e laranja-lima em cubinhos
JANTAR	Reciclagem da equipe	Sopa de lentilha com: Abobrinha Cenoura Inhame Salsinha Frango Arroz integral	Sopa de legumes com: Batata inglesa Abóbora Chuchu Espinafre Músculo Massinha	Sopa de ervilha com: Inhame Cenoura Agrião Frango Arroz integral	Sopa de feijão preto com legumes Massinha Músculo
SOBREMESA	Reciclagem da equipe	Mamão	Laranja-lima em cubinhos	Melão	Banana

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO ESCOLA
1ª semana de agosto
De 01/08 a 05/08

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Reciclagem da equipe	Suco de abacaxi	Suco de uva	Suco de caju	Suco de goiaba
ALMOÇO	Reciclagem da equipe	Macarrão Feijão preto Ovo mexido Cenoura em cubinhos Salada de brócolis Banana	Arroz integral Feijão preto Carne moída Abóbora em cubinhos Acelga refogada Melão	Arroz integral Feijão preto Peixe ensopado Purê de batata inglesa Espinafre refogado Melancia	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Farofa com salsinha Beterraba em cubinhos Agrião refogado Manga
LANCHE	Reciclagem da equipe	Suco de manga Biscoito integral e orgânico de coco	Suco de abacaxi Torrada integral multigrãos com geleia de morango	Suco de caju Brioche com pastinha de queijo minas	Lanche surpresa

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003