CARDÁPIO UERIRI

CARDÁPIO BERÇÁRIO
2ª semana de março
De 11/03/24 a 15/03/24

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Manga	Banana	Mamão	Pera cozida	Maçã cozida
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Salada de beterraba Couve refogada Banana	Macarrão Feijão preto Carne moída Abóbora em cubinhos Salada de brócolis Pera	Arroz integral Feijão preto Moela de frango ensopada Farofa Abobrinha salteada com orégano Acelga refogada Salada de frutas (amassada)	Macarrão Feijão preto Picadinho de frango Cenoura em cubinhos Bertalha refogada Manga	Arroz integral Feijão preto Peixe ensopado Purê de batata-inglesa Espinafre refogado Mamão
LANCHE	Papa de banana e ameixa preta cozida	Papa de manga e maçã cozida	Papa de banana e manga	Papa de maçã cozida e mamão	Papa de abacate e banana
JANTAR	Sopa de legumes Batata-barôa Cenoura Chuchu Couve Músculo Macarrão parafusinho	Sopa de legumes Inhame Abobrinha Abóbora Salsinha Frango Arroz integral	Sopa de ervilha legumes Batata-inglesa Cenoura Chuchu Salsinha Músculo Macarrão parafusinho	Sopa de legumes Inhame Abobrinha Abóbora Bertalha Frango Arroz integral	Sopa de feijão preto com legumes Batata-inglesa Cenoura Salsinha Arroz integral Músculo
SOBREMESA	Maçã cozida	Mamão	Pera cozida	Salada de frutas (amassada)	Banana

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003724

CARDÁPIO UERIRI

CARDÁPIO G2 e G3
2ª semana de março
De 11/03/24 a 15/03/24

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Melão	Manga	Melancia	Mamão	Banana
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Salada de beterraba Couve refogada Banana	Macarrão Feijão preto Carne moída Salada de brócolis e milho Melancia	Arroz integral Feijão preto Moela de frango ensopada Farofa Abobrinha salteada com orégano Acelga refogada Melão	Macarrão Feijão preto Picadinho de frango Cenoura em cubinhos Bertalha refogada Manga	Arroz integral Feijão preto Peixe ensopado Purê de batata-inglesa Espinafre refogado Mamão
LANCHE	Frutas no pote: Banana e melancia	Frutas no pote: Mamão e melão	Frutas no pote: Banana e manga	Frutas no pote: Melão e mamão	Frutas no pote: Banana e manga
JANTAR	Sopa de legumes Batata-barôa Cenoura Chuchu Couve Músculo Macarrão parafusinho	Sopa de legumes Inhame Abobrinha Abóbora Salsinha Frango Arroz integral	Sopa de ervilha com legumes Batata-inglesa Cenoura Chuchu Salsinha Músculo Macarrão parafusinho	Sopa de legumes Inhame Abobrinha Abóbora Bertalha Frango Arroz integral	Sopa de feijão preto com legumes Batata-inglesa Cenoura Salsinha Arroz integral Músculo
SOBREMESA	Manga	Banana	Mamão	Banana	Melão

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003

CARDÁPIO UERIRI

CARDÁPIO ESCOLA
2ª semana de março
De 11/03/24 a 15/03/24

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Suco de frutas	Suco de manga	Suco de caju	Suco de goiaba	Suco de frutas
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Salada de beterraba Couve refogada Banana	Macarrão Feijão preto Carne moída Salada de brócolis e milho Melancia	Arroz integral Feijão preto Moela de frango ensopada Farofa Abobrinha salteada com orégano Acelga refogada Melão	Macarrão Feijão preto Picadinho de frango Cenoura em cubinhos Bertalha refogada Manga	Arroz integral Feijão preto Peixe ensopado Purê de batata-inglesa Espinafre refogado Mamão
LANCHE	Suco de manga Biscoito de polvilho com biomassa de banana verde	Suco de uva Sanduíche com queijo minas	Suco de manga Torrada com geleia de morango	Suco de caju Biscoito de arroz integral com manteiga	Lanche surpresa

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003