CARDÁPIO UERIRI

CARDÁPIO BERÇÁRIO
3ª semana de março
De 18/03/24 a 22/03/24

	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 Purê de abóbora Couve refogada Mamão	Macarrão Feijão preto Carne moída Salada de tomate cereja e milho Maçã cozida	Arroz integral Feijão preto Ensopadinho de frango com cenoura Espinafre refogado Manga	Arroz integral Feijão preto Filé de peixe ensopado Purê de batata-inglesa Salada de brócolis Banana	Macarrão Feijão preto Picadinho de frango Salada de beterraba Acelga refogada Salada de frutas (amassada)
LANCHE	Papa de banana e ameixa preta cozida	Papa de manga e pera cozida	Papa de banana e abacate	Papa de maçã cozida e manga	Papa de mamão e banana
JANTAR	Sopa de legumes Inhame Cenoura Abobrinha Couve Músculo Macarrão parafusinho	Sopa de ervilha com legumes Batata-inglesa Chuchu Abóbora Salsinha Frango Arroz integral	Sopa de legumes Inhame Cenoura Abobrinha Espinafre Músculo Macarrão padre nosso	Sopa de feijão branco com legumes Batata-inglesa Chuchu Abóbora Brócolis Frango Arroz integral	Sopa de feijão preto com legumes Inhame 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
3ª semana de março
De 18/03/24 a 22/03/24

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Melão	Manga	Melancia	Mamão	Banana
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Purê de abóbora Couve refogada Banana	Macarrão Feijão preto Carne moída Salada de tomate cereja e milho Melancia	Arroz integral Feijão preto Ensopadinho de frango com cenoura Farofa Espinafre refogado Manga	Arroz integral Feijão preto Filé de peixe ensopado Purê de batata-inglesa Salada de brócolis Melão	Macarrão Feijão preto Picadinho de frango Salada de beterraba Acelga refogada Mamão
LANCHE	Frutas no pote: Banana e mamão	Frutas no pote: Manga e melão	Frutas no pote: Banana e melancia	Frutas no pote: Melão e mamão	Frutas no pote: Banana e manga
JANTAR	Sopa de legumes Inhame Cenoura Abobrinha Couve Músculo Macarrão parafusinho	Sopa de ervilha com legumes Batata-inglesa Chuchu Abóbora Salsinha Frango Arroz integral	Sopa de legumes Inhame Cenoura Abobrinha Espinafre Músculo Macarrão padre nosso	Sopa de feijão branco com legumes Batata-inglesa Chuchu Abóbora Brócolis Frango Arroz integral	Sopa de feijão preto com legumes Inhame Cenoura Salsinha Arroz integral Músculo
SOBREMESA	Manga	Banana	Mamão	Banana	Melão

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003

CARDÁPIO UERIRI

CARDÁPIO ESCOLA
3ª semana de março
De 18/03/24 a 22/03/24

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Suco de frutas	Suco de manga	Suco de abacaxi	Suco de uva	Suco de frutas
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Purê de abóbora Couve refogada Banana	Macarrão Feijão preto Carne moída Salada de tomate cereja e milho Melancia	Arroz integral Feijão preto Ensopadinho de frango com cenoura Farofa Espinafre refogado Manga	Arroz integral Feijão preto Filé de peixe ensopado Purê de batata-inglesa Salada de brócolis Melão	Macarrão Feijão preto Picadinho de frango Salada de beterraba Acelga refogada Mamão
LANCHE	Suco de manga Sanduíche com queijo minas	Suco de uva Biscoito de arroz integral com mel	Suco de manga Pãozinho com manteiga	Suco de abacaxi Biscoito integral e orgânico de coco	Lanche surpresa

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003