

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO BERÇÁRIO
4ª semana de setembro
De 23/09/24 a 27/09/24

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Manga	Banana	Maçã cozida	Pera cozida	Mamão
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Jardineira de legumes Couve refogada Mamão	Macarrão Feijão preto Carne moída Beterraba em cubinhos Salada de brócolis Maçã cozida	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Abóbora em cubinhos Espinafre refogado Manga	Arroz integral Feijão vermelho peixe ensopado Cenoura em cubinhos Acelga refogada Banana	Macarrão Feijão preto Picadinho de frango Abobrinha salteada no azeite Salada de frutas
LANCHE	Papa de banana e ameixa preta cozida	Papa de manga e pera cozida	Papa de banana e abacate	Papa de mamão e maçã cozida	Papa de manga e pera cozida
JANTAR	Sopa de legumes com: Inhame Chuchu Cenoura Couve Músculo Macarrão Ave Maria	Sopa de feijão branco com: Batata-inglesa Abóbora Frango Arroz integral	Sopa de legumes com: Batata-baroa Chuchu Cenoura Espinafre Músculo Macarrão	Sopa de ervilha com: Abobrinha Abóbora Salsinha Frango Arroz integral	Sopa de feijão preto com: Cenoura Bertalha Arroz integral Músculo
SOBREMESA	Maçã cozida	Mamão	Salada de frutas	Manga	Maçã cozida

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003724

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO G2 e G3
4ª semana de setembro
De 23/09/24 a 27/09/24

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Banana	Melão	Melancia	Mamão	Manga
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Jardineira de legumes Couve refogada Melão	Macarrão Feijão preto Carne moída Beterraba em cubinhos Salada de brócolis Melancia	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Farofa Abóbora em cubinhos Espinafre refogado Mamão	Arroz integral Feijão vermelho Pudim de peixe Cenoura em cubinhos Acelga refogada Manga	Macarrão Feijão preto Picadinho de frango Abobrinha salteada no azeite Salada de tomate cereja Melão
LANCHE	G2 Melão e manga Fruta G3 Manga Torrada com queijo branco	G2 Mamão e banana G3 Fruta Melancia Pão integral com queijo minas em fatias	G2 Manga e banana G3 Fruta Banana Biscoito de arroz integral com geleia sem açúcar	G2 Melão e mamão G3 Fruta Mamão Pão integral com pastinha de atum caseira	G2 Banana e manga G3 Fruta Manga Biscoito de polvilho
JANTAR	Sopa de legumes com: Inhame Chuchu Cenoura Couve Músculo Macarrão Ave Maria	Sopa de feijão branco com: Batata-inglesa Abóbora Frango Arroz integral	Sopa de legumes com: Batata-barôa Chuchu Cenoura Espinafre Músculo Macarrão	Sopa de ervilha com: Abobrinha Abóbora Salsinha Frango Arroz integral	Sopa de feijão preto com: Cenoura Bertalha Arroz integral Músculo
SOBREMESA	Manga	Banana	Melão	Banana	Mamão

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO ESCOLA
4ª semana de setembro
De 23/09/24 a 27/09/24

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Suco de uva	Suco de manga	Suco de goiaba	Suco de abacaxi	Suco misto de frutas
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Jardineira de legumes Couve refogada Banana	Macarrão Feijão preto Carne moída Beterraba em cubinhos Salada de brócolis Melancia	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Farofa Abóbora em cubinhos Espinafre refogado Mamão	Arroz integral Feijão vermelho Pudim de peixe Cenoura em cubinhos Acelga refogada Manga	Macarrão Feijão preto Picadinho de frango Abobrinha salteada no azeite Salada de tomate cereja Melão
LANCHE	Suco de manga Torrada com queijo minas	Suco de abacaxi Pizza caseira com muçarela	Suco de uva Biscoito de arroz integral com geleia	Suco de abacaxi Sanduíche com queijo branco	Lanche surpresa

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003