

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO BERÇÁRIO
1ª semana de outubro
De 30/09/24 a 04/10/24

	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 Purê de batata-inglesa Couve refogada Melão	Macarrão Feijão preto Carne moída Salada de brócolis e tomate cereja Melancia	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Cenoura com abobrinha salteada Acelga refogada Mamão	Arroz integral Feijão vermelho Pudim de peixe Beterraba em cubinhos Espinafre refogado Manga	Macarrão Feijão preto Carne de panela Cenoura cozida Bertalha refogada Melão
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-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	Maçã cozida	Mamão	Salada de frutas	Manga	Maçã cozida

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003724

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO G2 e G3
1ª semana de outubro
De 30/09/24 a 04/10/24

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Melão	Melancia	Banana	Mamão	Manga
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Purê de batata-inglesa Couve refogada Melancia	Macarrão Feijão preto Carne moída Salada de brócolis e tomate cereja Manga	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Cenoura com abobrinha salteada Acelga refogada Mamão	Arroz integral Feijão vermelho Pudim de peixe Beterraba em cubinhos Espinafre refogado Manga	Macarrão Feijão preto Carne de panela Salada de milho e cenoura Bertalha refogada Melão
LANCHE	G2 Banana e manga Fruta G3 Manga Pão de tapioca com queijo branco	G2 Melão e banana G3 Fruta Melão Biscoito de arroz integral com geleia sem açúcar	G2 Manga e banana G3 Fruta Banana Pão integral com pastinha de atum caseira	G2 Melão e mamão G3 Fruta Mamão Biscoito de polvilho	G2 Banana e manga G3 Fruta Manga Pão integral com queijo minas
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

1ª semana de outubro
De 30/09/24 a 04/10/24

	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 Purê de batata-inglesa Couve refogada Melancia	Macarrão Feijão preto Carne moída Salada de brócolis e tomate cereja Maçã	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Cenoura com abobrinha salteadas Acelga refogada Mamão	Arroz integral Feijão vermelho Pudim de peixe Beterraba em cubinhos Espinafre refogado Manga	Macarrão Feijão preto Carne de panela Salada de milho e cenoura Bertalha refogada Melão
LANCHE	Suco de manga Brioche com queijo branco	Suco de abacaxi Biscoito de arroz integral com manteiga	Suco de uva Sanduíche com pastinha de atum caseira	Suco de caju Biscoito integral e orgânico de cacau	Lanche surpresa

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003