

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO BERÇÁRIO
3ª semana de dezembro
De 15/12 a 19/12

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

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003724

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO CRECHE
3ª semana de dezembro
De 15/12 a 19/12

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Melão	Banana	Mamão	Manga	Banana
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Purê de batata-inglesa Agrião refogado Melancia	Macarrão Feijão vermelho Carne moída Abobrinha em cubinhos Salada de brócolis Melão	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Farofa Cenoura em cubinhos Espinafre refogado Banana	Macarrão Feijão preto Carne de panela Beterraba em cubinhos Acelga refogada Melão	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Salada de tomate cereja e milho Bertalha refogada Manga
LANCHE	Melancia e banana	Manga e melão	Mamão e manga	Banana e melão	Manga e banana
JANTAR	Sopa de legumes com: Batata-barôa Chuchu Abóbora Salsa Músculo Massinha	Sopa de ervilha com legumes Cenoura Abobrinha Frango Massinha	Sopa de legumes Inhame Abóbora Chuchu Espinafre Músculo Massinha	Sopa de feijão preto com cenoura Abobrinha Frango Massinha	Sopa de legume com: Batata-inglesa Chuchu Abóbora Músculo Agrião Massinha
SOBREMESA	Mamão	Banana	Melão	Manga	Melão

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO ESCOLA
3ª semana de dezembro
De 15/12 a 19/12

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Suco de manga	Suco de goiaba	Suco de uva	Suco de manga	Suco de caju
ALMOÇO (sugestão para casa)	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Purê de batata-inglesa Agrião refogado Melancia	Macarrão Feijão vermelho Carne moída Abobrinha em cubinhos Salada de brócolis Melão	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Farofa Cenoura em cubinhos Espinafre refogado Banana	Macarrão Feijão preto Carne de panela Beterraba em cubinhos Acelga refogada Melão	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Salada de tomate cereja e milho Bertalha refogada Manga
LANCHE	Suco de uva Lanche surpresa	Suco de manga Lanche surpresa	Suco de uva Lanche surpresa	Suco de caju Lanche surpresa	Suco de goiaba Lanche surpresa

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003