

CARDÁPIO VERDE



CARDÁPIO BERÇÁRIO
4ª semana de março
De 23/03/26 a 27/03/26

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Manga	Mamão	Maçã cozida	Pera cozida	Banana
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Cenoura em cubinhos Acelga refogada Salada de frutas	Macarrão Feijão preto Carne moída Salada de brócolis e tomate cereja partido em 4 Mamão	Arroz integral Feijão preto Filé de peixe grelhado Purê de batata-inglesa Espinafre refogado Manga	Arroz integral Feijão vermelho Moela de frango ensopada Beterraba em cubinhos Bertalha refogada Mamão	Arroz integral Feijão preto Frango picadinho Jardineira de cenoura e abobrinha Espinafre refogado Pera cozida
LANCHE	Papa de banana e pera cozida	Papa de manga e maçã cozida	Papa de mamão e banana	Papa de banana e ameixa preta cozida	Papa de maçã cozida e manga
JANTAR	Sopa de legumes com: Batata-barôa Abobrinha Abóbora Acelga Músculo Macarrão Ave Maria	Sopa de ervilha com: Cenoura Chuchu Frango Macarrão Ave Maria	Sopa de legumes com: Inhame Cenoura Abobrinha Espinafre Músculo Macarrão Ave Maria	Sopa de feijão branco com: Abóbora chuchu Frango Macarrão Ave Maria	Sopa de feijão preto com: Cenoura Salsinha Músculo Macarrão Ave maria
SOBREMESA	Maçã cozida	Salada de frutas	Pera cozida	Manga	Mamão

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003724

CARDÁPIO VERDE



CARDÁPIO G2 e G3
4ª semana de março
De 23/03/26 a 27/03/26

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Melão	Banana	Manga	Manga	Banana
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Cenoura em cubinhos Acelga refogada Banana	Macarrão Feijão preto Carne moída Salada de brócolis e tomate cereja partido em 4 Manga	Arroz integral Feijão preto Filé de peixe grelhado Purê de batata-inglesa Espinafre refogado Melão	Arroz integral Feijão vermelho Moela de frango ensopada Farofa Beterraba em cubinhos Bertalha refogada Banana	Arroz integral Feijão preto Frango picadinho Jardineira de cenoura e milho Espinafre refogado Manga
LANCHE	G2 e G3 Manga e melão	G2 e G3 Mamão e banana	G2 e G3 Banana e melão	G2 e G3 Manga e mamão	G2 e G3 Melão e banana
JANTAR	Sopa de legumes com: Batata-barôa Abobrinha Abóbora Acelga Músculo Macarrão Ave Maria	Sopa de ervilha com: Cenoura Chuchu Frango Macarrão Ave Maria	Sopa de legumes com: Inhame Cenoura Abobrinha Espinafre Músculo Macarrão Ave Maria	Sopa de feijão branco com: Abóbora chuchu Frango Macarrão Ave Maria	Sopa de feijão preto com: Cenoura Salsinha Músculo Macarrão Ave Maria
SOBREMESA	Manga	Melão	Mamão	Manga	Mamão

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003

CARDÁPIO VERDE



CARDÁPIO ESCOLA
4ª semana de março
De 23/03/26 a 27/03/26

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Suco de manga	Suco de uva	Suco de manga	Suco de caju	Suco de uva
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Cenoura em cubinhos Acelga refogada Banana	Macarrão Feijão preto Carne moída Salada de brócolis e tomate cereja partido em 4 Manga	Arroz integral Feijão preto Filé de peixe grelhado Purê de batata-inglesa Espinafre refogado Melão	Arroz integral Feijão vermelho Moela de frango ensopada Farofa Beterraba em cubinhos Bertalha refogada Banana	Arroz integral Feijão preto Frango picadinho Jardineira de cenoura e milho Espinafre refogado Manga
LANCHE	Suco de uva Lanche surpresa	Suco de manga Lanche surpresa	Suco de caju Lanche surpresa	Suco de uva Lanche surpresa	Lanche surpresa

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003