

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO BERÇÁRIO
1ª semana de outubro
De 05/10 a 09/10

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Banana	Mamão	Manga	Maçã cozida	Pera cozida
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Abóbora em cubinhos Salada de brócolis Mamão	Macarrão Feijão preto Carne moída Beterraba em cubinhos Espinafre refogado Banana	Arroz Feijão preto Picadinho de frango Cenoura em cubinhos Salada de brócolis Pera cozida	Arroz integral Feijão preto Peixe grelhado Purê de batata-inglesa Espinafre refogado Manga	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Jardineira de legumes e brócolis Maçã cozida
LANCHE	Papa de banana e ameixa preta cozida	Papa de pera cozida e manga	Papa de banana e abacate	Papa de mamão e pera cozida	Papa de Manga e Banana
JANTAR	Sopa de legumes: Inhame Cenoura Chuchu Salsinha Músculo Arroz integral	Sopa de Ervilha com legumes: Abóbora Abobrinha Frango Macarrão Padre Nosso	Sopa de legumes: Batata-baroa Cenoura Chuchu Músculo Arroz integral	Sopa de feijão branco com legumes: Abóbora Abobrinha Frango Arroz integral	Sopa de feijão preto com: cenoura Músculo Macarrão Padre Nosso
SOBREMESA	Manga	Maçã cozida	Salada de frutas	Banana	Mamão

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003724

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO CRECHE
1ª semana de outubro
De 05/10 a 09/10

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Banana	Melão	Manga	Mamão	Manga
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Salada de brócolis e tomate Melão	Macarrão Feijão preto Carne moída Beterraba em cubinhos Espinafre refogado Melancia	Arroz Feijão preto Picadinho de frango Cenoura em cubinhos Salada de brócolis Banana	Arroz integral Feijão preto Peixe grelhado Purê de batata-inglesa Espinafre refogado Manga	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Jardineira de legumes e brócolis Melão
LANCHE	Banana e melancia	Manga e mamão	Banana e melancia	Manga e melão	Banana e mamão
JANTAR	Sopa de legumes: Inhame Cenoura Chuchu Salsinha Músculo Arroz integral	Sopa de Ervilha com legumes: Abóbora Abobrinha Frango Macarrão Padre Nosso	Sopa de legumes: Batata-baroa Cenoura Chuchu Músculo Arroz integral	Sopa de feijão branco com legumes: Abóbora Abobrinha Frango Arroz integral	Sopa de feijão preto com: cenoura Músculo Macarrão Padre Nosso
SOBREMESA	Mamão	Melão	Mamão	Banana	Manga

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003

CARDÁPIO UERIRI



CARDÁPIO ESCOLA
1ª semana de outubro
De 05/10 a 09/10

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
COLAÇÃO	Suco de uva	Suco de manga	Suco de caju	Suco de uva	Suco de manga
ALMOÇO	Arroz integral Feijão preto Ovo mexido Salada de brócolis e tomate Melão	Macarrão Feijão preto Carne moída Beterraba em cubinhos Espinafre refogado Melancia	Arroz Feijão preto Picadinho de frango Cenoura em cubinhos Salada de brócolis Banana	Arroz integral Feijão preto Peixe grelhado Purê de batata-inglesa Espinafre refogado Manga	Arroz integral Feijão preto Picadinho de frango Jardineira de legumes e brócolis Melão
LANCHE	Suco de manga Lanche surpresa	Suco de caju Lanche surpresa	Suco de uva Lanche surpresa	Suco de manga Lanche surpresa	Suco de caju Lanche surpresa

Elaborado pela nutricionista PATRICIA GRANTHAM – CRN 4 - 871003