

CARDÁPIO GERAL

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª 9:00	Vitamina de goiaba Tapioca funcional de beterraba c/ manteiga Maçã 	Suco de laranja c/ mamão Queijo quente Banana 	Suco de uva Cookie de aveia c/ gotas de chocolate meio amargo caseiro Mamão 	Suco de polpa de acerola Bisnaguinha c/ patê de frango e ricota 	Leite c/ chocolate meio amargo Pão de queijo falso de batata doce Manga 
2ª 12:00	Arroz c/ brócolis Feijão carioca Carne moída c/ molho natural de tomate Abóbora em cubinhos refogada	Arroz integral Feijão preto c/ beterraba Filé de peixe empanado assado Chuchu e cenoura refogadas	Arroz c/ espinafre Feijão carioca Estrogonofe de frango Batata palha Alface roxa, milho, tomate e cenoura ralada	Arroz c/ cenoura Feijoadilha c/ carne de sol Farofa de linhaça c/ aveia Couve refogada	Arroz integral Feijão carioca Coxa e sobrecoxa assados Purê de mandioca Alface crespa e tomate cereja
Sobremesa	 (laranja)	 (maçã)	 Uva	 Melão	Salada de frutas

Observação: Este cardápio poderá ser modificado devido alterações intestinais da criança ou da necessidade da creche. Caso haja alguma alteração será informada na agenda da criança.

Nutricionista Nathália Nagib  
CRN1 8327

**OBSERVAÇÕES:**

**Lis: A fruta será oferecida as 11hs e o leite integral será substituído pelo leite zero lactose.**

**Júlia: Substituir leite por suco de fruta.**

**Francisco: substituir o peixe por carne, frango ou ovo mexido.**

CARDÁPIO LUCAS

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª 9:00	Vitamina de goiaba Tapioca funcional de beterraba c/ manteiga Maçã 	Suco de laranja c/ mamão Queijo quente (c/ pão integral) Banana 	Suco de uva Cookie de aveia c/ gotas de chocolate meio amargo caseiro Mamão 	Suco de polpa de acerola Pão integral c/ patê de frango e ricota 	Leite c/ chocolate meio amargo Pão de queijo falso de batata doce Manga 
2ª 12:00	Arroz c/ brócolis Feijão carioca Carne moída c/ molho natural de tomate Abóbora em cubinhos refogada	Arroz integral Feijão preto c/ beterraba Filé de peixe empanado assado Chuchu e cenoura refogadas	Arroz c/ espinafre Feijão carioca Estrogonofe de frango Batata palha Alface roxa, milho, tomate e cenoura ralada	Arroz c/ cenoura Feijão preto Frango grelhado Farofa de linhaça c/ aveia Couve refogada	Arroz integral Feijão carioca Coxa e sobrecoxa assados Purê de mandioca Alface crespa e tomate cereja
Sobremesa	 (laranja)	 (maçã)	 Uva	 Melão	Salada de frutas

Observação: Este cardápio poderá ser modificado devido alterações intestinais da criança ou da necessidade da creche. Caso haja alguma alteração será informada na agenda da criança.

\*OBSERVAÇÃO: Sucos deverão ser oferecidos com adoçante.

OBS.: Carnes brancas podem ser repetidas uma vez. Carnes vermelhas não poderão ser repetidas.