












**CARDÁPIO GERAL**

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>1ª</b> <b>9:00</b>	Suco de goiaba Tapioca funcional de beterraba c/ manteiga Maçã 	Vitamina de morango Biscoito rosquinha de coco Banana 	Suco de polpa de caju Queijo quente Mamão 	Suco de maracujá c/ couve Bisnaguinha c/ geleia de frutas 	Leite c/ chocolate meio amargo Pão de queijo falso de batata doce Manga 
<b>2ª</b> <b>12:00</b>	Arroz branco Feijão carioca Carne moída c/ molho natural de tomate Couve -flor cozida Alface roxa e pepino picadinhos	Arroz integral Feijão preto c/ beterraba Filé de peixe empanado assado Abobrinha e cenoura refogadas	Arroz c/ espinafre Feijão carioca Estrogonofe de frango Abóbora assada com azeite e alecrim	Arroz c/ cenoura Feijoadinha c/ carne de sol Farofa de linhaça c/ aveia Couve refogada	Arroz integral Feijão carioca c/ inhame Nuggets de frango assado Purê de mandioca Alface crespa e tomate cereja
<b>Sobremesa</b>	 Laranja	 Melão	 Uva	Gelatina de uva c/ iogurte	 Mexerica










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.

Obs.: A geleia pode ser substituída por manteiga para aqueles que não gostam.

Nutricionista Nathália Nagib  
CRN1 8327



**CARDÁPIO SEM LACTOSE**

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>1ª</b> <b>9:00</b>	Suco de goiaba Tapioca funcional de beterraba c/ becel Maçã 	Suco de morango Biscoito doce s/ lactose Banana 	Suco de polpa de caju Pão de forma c/ becel Mamão 	Suco de maracujá c/ couve Bisnaguinha c/ geleia de frutas 	Suco de polpa de fruta Pão de queijo falso de batata doce Manga 
<b>2ª</b> <b>12:00</b>	Arroz branco Feijão carioca Carne moída c/ molho natural de tomate Couve-flor cozida Alface roxa e pepino picadinhos	Arroz integral Feijão preto c/ beterraba Filé de peixe empanado assado (s/ queijo) Abobrinha e cenoura refogadas	Arroz c/ espinafre Feijão carioca Estrogonofe de frango (s/ iogurte) Abóbora assada com azeite e alecrim	Arroz c/ cenoura Feijoadilha c/ carne de sol Farofa de linhaça c/ aveia Couve refogada	Arroz integral Feijão carioca c/ inhame Nuggets de frango assado Purê de mandioca Alface crespa e tomate
<b>Sobremesa</b>	 Laranja	 Melão	 Uva	Gelatina de uva	 Mexerica

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.