

CARDÁPIO SEMANAL

Nutricionista Caroline dos Reis Leivas/ CRN10- 10981

Segunda 12/05

LANCHE:

Batida de banana
Bisnaguinha
Fruta

ALMOÇO:

Arroz
Feijão preto
Carne de
panela
Aipim
Legumes
*Salada mista

SOBREMESA:

Canjica

Terça 13/05

LANCHE:

Pão de queijo
Achocolatado
Fruta

ALMOÇO:

Arroz
Lentilha
Almondega com
molho vermelho
Macarrão
Legumes
*Salada mista

SOBREMESA:

Gelatina

Quarta 14/05

LANCHE:

Pão caseiro
Suco
Fruta

ALMOÇO:

Arroz
Feijão carioca
Filé de frango
grelhado
Batata doce
rústica
Legumes
*Salada mista
SOBREMESA:
Brigadeiro saudável

Quinta 15/05

LANCHE:

Panqueca
americana
Achocolatado
Fruta

ALMOÇO:

Arroz
Feijão vermelho
Carne de porco
assada
Polenta
Legumes
*Salada mista

SOBREMESA:

Danoninho
saudável

Sexta 16/05

LANCHE:

Bolo de
cenoura
Suco
Fruta

ALMOÇO:

Arroz
Feijão preto
Bife acebolado
Purê de batata
Legumes
*Salada mista

SOBREMESA:

Sagu com creme