



MATERNAL 1 E 2/ JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



01 E 02.09	SNACK MANHÃ	ALMOÇO/ JANTAR	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA			
TERÇA-FEIRA		AGOSTO	
QUARTA-FEIRA			
QUINTA-FEIRA	MAGIC TOAST COM GELEIA SEM AÇÚCAR E FRUTA DA ESTAÇÃO	MACARRÃO GRAVATINHA AO MOLHO DE TOMATE, FRANGO ASSADO EM PEDACINHOS, CENOURA REFOGADA E SALADINHA DE REPOLHO COLORIDO (VEGETARIANO: BOLINHO DE GRÃO DE BICO)	QUEIJO BRANCO EM CUBINHOS, TOMATE CEREJA CORTADO NA VERTICAL E FRUTA DA ESTAÇÃO
SEXTA-FEIRA	TAPIOCA COM PASTINHA DE ERVAS E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ INTEGRAL MISTURADINHO COM BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, ESCONDIDINHO DE TILÁPIA E SALADINHA VERDE (VEGETARIANO: ESCONDIDINHO DE SOJA)	MILHO COZIDO E FRUTA DA ESTAÇÃO

SOBREMESA DO ALMOÇO: FRUTA DA ESTAÇÃO



MATERNAL 1 E 2/ JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



05 A 09.09	SNACK MANHÃ	ALMOÇO/ JANTAR	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA	BISCOITO DE ARROZ COM CREME DE RICOTA E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, SUFLÊ DE CHUCHU, ESPINAFRE REFOGADO E SALADINHA DE PEPINO COM TOMATE	BOLINHO DE CHUVA SAUDÁVEL E FRUTA DA ESTAÇÃO
TERÇA-FEIRA	PANQUECAS DE BANANA E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ INTEGRAL COM BRANCO, STROGONOFF DE FRANGO, BATATA CORADA E SALADINHA DE ACELGA (VEGETARIANO: FAVA)	PALITINHOS CASEIROS DE GRÃO DE BICO E FRUTA DA ESTAÇÃO
QUARTA-FEIRA		FERIADO	
QUINTA-FEIRA	CROC-CROC DE TAPIOCA COM TEMPEROS MÁGICOS E FRUTA DA ESTAÇÃO	MACARRÃO PARAFUSO AO MOLHO DE TOMATE, FRANGO DESFIADO COM CENOURA E SALADINHA DE BRÓCOLIS (VEGETARIANO: ERVILHAS)	CUPCAKE DE LARANJA E FRUTA DA ESTAÇÃO
SEXTA-FEIRA	CUSCUZ COM OVOS MEXIDOS E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ INTEGRAL MISTURADINHO COM BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PEIXE EMPANADO NO FORNO, PURÊ DE ABÓBORA E SALADINHA DE ALMEIRÃO COM ALFACE AMERICANA (VEGETARIANO: ABOBRINHA EMPANADA NO FORNO)	BROINHA DE FUBÁ E FRUTA DA ESTAÇÃO

SOBREMESA DO ALMOÇO: FRUTA DA ESTAÇÃO



MATERNAL 1 E 2/ JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



12 A 16.09	SNACK MANHÃ	ALMOÇO/ JANTAR	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA	PÃO DE QUEIJO E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, HAMBURGUINHOS DE LENTILHA, CREME DE ESPINAFRE E SALADINHA DE PEPINO	SANDUICHINHO NATURAL E FRUTA DA ESTAÇÃO
TERÇA-FEIRA	BOLO DE FUBÁ E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ INTEGRAL MISTURADINHO COM BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE MOÍDA COM MANDIOQUINHA E SALADINHA DE FOLHAS VARIADAS COM TOMATE (VEGETARIANO: BOLINHO DE QUINOA COM BATATA E ERVILHAS)	TORRADINHAS INTEGRAIS COM HOMUS E FRUTA DA ESTAÇÃO
QUARTA-FEIRA	BISCOITO DE GERGELIM E SALADA DE FRUTAS	FEIJOADINHA COM CARNE EM CUBINHOS, ARROZ BRANCO, FAROFA DE BANANA, COUVE MANTEIGA REFOGADA E VINAGRETINHO (VEGETARIANO: HAMBURGUINHOS DE SOJA)	PÃOZINHO DE ABÓBORA COM QUEIJO E FRUTA DA ESTAÇÃO
QUINTA-FEIRA	PANQUECAS AMERICANAS COM GELEIA SEM AÇÚCAR E FRUTA DA ESTAÇÃO	PENNE AO MOLHO ROSÉ, SOBRECOXA ASSADA, BETERRABA COZIDA E SALADINHA DE ACELGA (VEGETARIANO: VAGEM COZIDA)	TORRADINHAS INTEGRAIS COM GELEIA SEM AÇÚCAR E FRUTA DA ESTAÇÃO
SEXTA-FEIRA	MILHO COZIDO E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ INTEGRAL MISTURADINHO COM BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PEIXE GRELHADO, BATATA CORADA E SALADINHA DE ALFACE (VEGETARIANO: OVOS COZIDOS)	PÃO INTEGRAL COM QUEIJO BRANCO E FRUTA DA ESTAÇÃO

SOBREMESA DO ALMOÇO: FRUTA DA ESTAÇÃO



MATERNAL 1 E 2/ JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



19 A 23.09	SNACK MANHÃ	ALMOÇO/ JANTAR	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA	MINI PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA NA CHAPA E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PANQUECA DE LEGUMES COM QUEIJO AO MOLHO DE TOMATE E SALADINHA DE GRÃO DE BICO COM TOMATE E PEPINO	CHIPS ASSADOS DE BATATA DOCE COM "KETCHUP" DE GOIABA E FRUTA DA ESTAÇÃO
TERÇA-FEIRA	BOLO MESCLADO DE BETERRABA COM CACAU E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, HAMBURGUINHOS ASSADOS DE CARNE COM AVEIA, PURÊ DE BATATA E SALADINHA DE REPOLHO COLORIDO (VEGETARIANO: HAMBURGUINHOS DE FEIJÃO)	BISCOITO DE ARROZ COM PASTA DE AMENDOIM E FRUTA DA ESTAÇÃO
QUARTA-FEIRA	QUEIJO EM TIRINHAS, TOMATE GRAPE CORTADO NO VERTICAL E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO PRETO COM ABÓBORA, FRANGO GRELHADO, FAROFA E SALADINHA DE ALFACE (VEGETARIANO: FAVA)	CUPCAKE DE COCO E FRUTA DA ESTAÇÃO
QUINTA-FEIRA	TAPIOCA COM PASTINHA DE ERVAS E FRUTA DA ESTAÇÃO	MACARRÃO PARAFUSO AO MOLHO DE TOMATE COM MAJERICÃO, CARNE MOÍDA COM CENOURA E BRÓCOLIS (VEGETARIANO: NUGGETS CROCANTE DE GRÃO DE BICO)	MAGIC TOAST COM RICOTA TEMPERADA E FRUTA DA ESTAÇÃO
SEXTA-FEIRA	CUSCUZ COM OVOS MEXIDOS E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ INTEGRAL COM BRANCO, MOQUEQUINHA, BATATA CORADA E ESPINAFRE REFOGADO (VEGETARIANO: MOQUEQUINHA DE LEGUMES COM ERVILHAS)	PÃO DE QUEIJO DE MANDIOQUINHA E FRUTA DA ESTAÇÃO

SOBREMESA DO ALMOÇO: FRUTA DA ESTAÇÃO



MATERNAL 1 E 2/ JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



26 A 30.09	SNACK MANHÃ	ALMOÇO/ JANTAR	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA	PÃO DE FERMENTAÇÃO NATURAL COM CREME DE RICOTA E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PICADINHO DE FRANGO COM CENOURA E SALADINHA DE ALFACE AMERICANA	CUCA DE BANANA E FRUTA DA ESTAÇÃO
TERÇA-FEIRA	BISCOITOS INTEGRAIS E SALADA DE FRUTAS	ARROZ INTEGRAL MISTURADINHO COM BRANCO, LENTILHA, PICADINHO DE CARNE COM CENOURA, BATATA CORADA E SALADINHA DE ALFACE (VEGETARIANO:FALAFEL)	MUFFIN DE LEGUMES E FRUTA DA ESTAÇÃO
QUARTA-FEIRA	BOLO DE CACAU E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, TUTU DE FEIJÃO, OVOS ESTALADOS, COUVE MANTEIGA REFOGADA E VINAGRETINHO	PIZZINHA DE ABOBRINHA COM QUEIJO E FRUTA DA ESTAÇÃO
QUINTA-FEIRA	COOKIES INTEGRAIS E FRUTA DA ESTAÇÃO	MACARRÃO GRAVATINHA AO MOLHO DE TOMATE, FRANGO ASSADO, CENOURA REFOGADA E SALADINHA VERDE (VEGETARIANO: BOLINHO DE FEIJÃO)	PÃO DE QUEIJO E FRUTA DA ESTAÇÃO
SEXTA-FEIRA	BRIOCHE DE MANDIOQUINHA COM MANTEIGA E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ INTEGRAL MISTURADINHO COM BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, ESCONDIDINHO DE TILÁPIA E SALADINHA VERDE (VEGETARIANO: ESCONDIDINHO DE SOJA)	MILHO COZIDO E FRUTA DA ESTAÇÃO

SOBREMESA DO ALMOÇO: FRUTA DA ESTAÇÃO