



B1 E MINI MATERNAL

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



| 02/10 A 06/10 | SNACK MANHÃ | ALMOÇO/ JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO) | SNACK TARDE |
|----------------|---|--|--|
| SEGUNDA- FEIRA | CREAM CRACKER COM PASTINHA DE TOMATE E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, QUIBE DE ABÓBORA, REPOLHO ROXO REFOGADO E SALADINHA VARIADA | PÃO CASEIRO COM REQUEIJÃO E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES | CREAM CRACKER COM PASTINHA DE TOMATE | X | PÃO CASEIRO COM GELEIA SEM AÇUCAR |
| TERÇA-FEIRA | BANANA BREAD SEM FARINHA E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FRANGO EMPANADO NO FORNO, CREME DE MILHO E SALADINHA DE ALFACE AMERICANA COM TOMATE (VEGETARIANO: BERINJELA EMPANADA NO FORNO) | PIPOCA, PALITINHOS DE CENOURA E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES | BANANA BREAD SEM FARINHA | X | PIPOCA, PALITINHOS DE CENOURA |
| QUARTA-FEIRA | TAPIOCA COM QUEIJO E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO, FEIJÃO PRETO, CARNE MOÍDA AO MOLHO, POLENTINHA CREMOSA E SALADINHA DE ACELGA (VEGETARIANO: SOJA MOÍDA AO MOLHO) | BOLINHO DE CHUVA ASSADO E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES | TAPIOCA COM PESTO | X | BOLINHO DE CHUVA ASSADO |
| QUINTA-FEIRA | RABANADA SAUDÁVEL E FRUTA DA ESTAÇÃO | MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE, FRANGO DESFIADO E ABOBRINHA REFOGADA (VEGETARIANO: HAMBURGUINHOS DE LENTILHA) | CHEESEBURGUINHO COM PÃOZINHO DE AVEIA E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES | RABANADA COM LEITE VEGETAL | X | CHEESEBURGUINHO COM HAMBURGUINHO DE LENTILHA |
| SEXTA-FEIRA | BRUSQUETA COM QUEIJO, TOMATE E OREGANO E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, MOQUEQUINHA DE PEIXE, FAROFINHA DE TALOS E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: MOQUEQUINHA DE LEGUMES COM ERVILHA) | BOLO DE COCO E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES | BRUSQUETA COM TOMATE E OREGANO | X | BOLO DE COCO |



B1 E MINI MATERNAL

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



| 09/10 A 13/10 | SNACK MANHÃ | ALMOÇO/ JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO) | SNACK TARDE |
|----------------|--|---|---|
| SEGUNDA- FEIRA | PÃO DE FERMENTAÇÃO NATURAL COM CREME DE MINAS E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ INTEGRAL, STROGONOFF DE CARNE, BATATA RÚSTICA ASSASA E SALADINHA DE ALFACE (VEGETARIANO: STROGONOFF DE LEGUMES) | MILHO COZIDO E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES | PÃO DE FORMA FERMENTAÇÃO NATURAL COM PASTINHA DE TOMATE | X | MILHO COZIDO |
| TERÇA-FEIRA | BISCOITO CROCANTE E SALADA DE FRUTAS | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FRICASSÊ DE FRANGO, CHUCHU NO AZEITE E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: FRICASSÊ DE LEGUMES) | CUPCAKE DE MAÇA E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES | BISCOITO CROCANTE | X | CUPCAKE DE MAÇA |
| QUARTA-FEIRA | SANDUICHINHO NATURAL E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO, FEIJOADINHA COM CARNE DESFIADA, FAROFINHA DE CENOURA, COUVE MANTEIGA REFOGADA E VINAGRETINHO (VEGETARIANO: FEIJOADINHA DE SOJA) | CREPIOCA COM REQUEIJÃO E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES | SANDUICHINHO NATURAL | X | TAPIOCA COM PESTO |
| QUINTA-FEIRA | | FERIADO | |
| SEXTA-FEIRA | CUSCUZ COM OVOS MEXIDOS E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CROQUETE DE PEIXE ASSADO, PURÊ DE BATATA DOCE E SALADINHA VARIADA | BOLO DE CACAU E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES | CUSCUZ | X | BOLO DE CACAU |



B1 E MINI MATERNAL

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



| 16/10 A 20/10 | SNACK MANHÃ | ALMOÇO/ JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO) | SNACK TARDE |
|----------------|--|--|--|
| SEGUNDA- FEIRA | PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARIOCA, PANQUECA DE ABÓBRINHA E SALADINHA COLORIDA SOBREMESA: GELATINA | BOLO DE FUBÁ E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES | PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS | X | BOLO DE FUBÁ |
| TERÇA-FEIRA | COOKIE DE CACAU E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PICADINHO DE CARNE COM BATATA DOCE E CENOURA E SALADINHA DE ALFACE ROXA E ESCAROLA (VEGETARIANO: BOLINHO DE LEGUMES) | SANDUICHINHO COM PASTINHA DE FRANGO E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES | COOKIE DE CACAU | X | SANDUICHINHO COM PASTINHA DE BERINJELA |
| QUARTA-FEIRA | OVOS MEXIDOS E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO, TUTU DE FEIJÃO, FRANGO ASSADO COM CALDINHA DE LARANJA, COUVE MANTEIGA REFOGADA E VINAGRETINHO COM REPOLHO (VEGETARIANO: OVO ESTALADO) | FOCACCIA DE ALECRIM COM TOMATE CEREJA E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES | OVOS MEXIDOS / CREAM CRACKER COM PASTINHA DE TOMATE | X | FOCACCIA DE ALECRIM COM TOMATE CEREJA |
| QUINTA-FEIRA | MAGIC TOAST COM GELEIA CASEIRA DE MORANGO E FRUTA DA ESTAÇÃO | MACARRÃO À BOLONHESA, VAGEM REFOGADA E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: VAGEM REFOGADA) | PIZZINHA DE QUEIJO COM MANJERICÃO E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES | MAGIC TOAST COM GELEIA CASEIRA DE MORANGO | X | PIZZINHA DE LEGUMES |
| SEXTA-FEIRA | BISCOITINHOS DE POLVILHO E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PEIXE EMPANADO ASSADO, CREME DE ESPINAFRE E SALADINHA DE RÚCULA COM ACELGA (VEGETARIANO: ESCONDIDINHO DE LEGUMES) | ENROLADINHO CASEIRO DE QUEIJO COM LEGUMES E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES | BISCOITINHOS DE POLVILHO | X | ENROLADINHO CASEIRO DE LEGUMES |



B1 E MINI MATERNAL

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



| 23/10 A 27/10 | SNACK MANHÃ | ALMOÇO/ JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO) | SNACK TARDE |
|----------------|--|---|--|
| SEGUNDA- FEIRA | SANDUICHINHO NATURAL COM QUEIJO BRANCO E TOMATE E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, OVO ESTALADO, CHUCHU REFOGADO TEMPERADINHO E SALADINHA DE PEPINO | BOLO MESCLADO E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRICÇÕES | SANDUICHINHO NATURAL COM PASTINHA DE CENOURA | X | BOLO MESCLADO |
| TERÇA-FEIRA | TORRADA INTEGRAL COM GELEIA SEM AÇÚCAR E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, COXINHA DE FRANGO COZIDA COM LEGUMES E SALADINHA DE ALFACE E TOMATE (VEGETARIANO: BOLINHO DE LEGUMES) | MUFFIN DE QUEIJO COM BRÓCOLIS E TOMATE E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRICÇÕES | TORRADA INTEGRAL COM GELEIA SEM AÇÚCAR | X | MUFFIN DE BRÓCOLIS COM TOMATE |
| QUARTA-FEIRA | COOKIE DE BANANA COM AVEIA E FRUTA DA ESTAÇÃO | BAIAOZINHO DE DOIS, CARNE ASSADA E SALADINHA DE BATATA COM FOLHAS VARIADAS (VEGETARIANO: CARNE DE SOJA) | PÃOZINHO CASEIRO DE COUVE COM CREME DE RICOTA E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRICÇÕES | COOKIE DE BANANA COM AVEIA | X | PÃOZINHO CASEIRO DE COUVE COM PASTINHA DE PEPINO |
| QUINTA-FEIRA | PANQUECA AMERICANA DIVERTIDA E FRUTA DA ESTAÇÃO | MACARRÃO NA MANTEIGA, CARNE MOIDA, ERVILHAS E BRÓCOLIS (VEGETARIANO: SOHA MOÍDA) | PIZZINHA PORTUGUESINHA (SEM PRESUNTO) E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRICÇÕES | PANQUECA AMERICANA DIVERTIDA | X | PIZZINHA DE LEGUMES COM TOMATE E MANJERICÃO |
| SEXTA-FEIRA | CUSCUZ COM OVOS MEXIDOS E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, ESCONDIDINHO DE PEIXE E SALADINHA VERDE (VEGETARIANO: BOLINHO DE SOJA) | BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRICÇÕES | CUSCUZ | X | BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE |



B1 E MINI MATERNAL

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



| 30/10 E 31/10 | SNACK MANHÃ | ALMOÇO/ JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO) | SNACK TARDE |
|-----------------|--|---|--|
| SEGUNDA - FEIRA | MAGIC TOAST COM GELEIA SEM AÇÚCAR E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO COM CENOURA, FEIJÃO BRANCO, TIRINHAS DE FRANGO GRELHADAS, ACELGA REFOGADA E SALADINHA DE AGRIÃO (VEGETARIANO: BOLINHO DE BATATA COM QUINOA) | SCONE COM UVA PASSA ROXA E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES | MAGIC TOAST COM GELEIA SEM AÇÚCAR | X | SCONE COM UVA PASSA ROXA |
| TERÇA-FEIRA | PÃOZINHO NA CHAPA E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO, FEIJOADINHA COM CARNE EM CUBINHOS, FAROFINHA DE BETERRABA, COUVE MANTEIGA REFOGADA E VINAGRETINHO (VEGETARIANO: FEIJOADINHA DE LEGUMES) | BOLO DE CENOURA COM CALDINHA DE CACAU E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES | PÃOZINHO TOSTADINHO COM AZEITE | X | BOLO DE CENOURA COM CALDINHA DE CACAU |
| QUARTA-FEIRA | | | |
| QUINTA-FEIRA | | NOVEMBRO | |
| SEXTA-FEIRA | | | |