



## MATERNAL 1 E 2, JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



01/11 A 03/11	SNACK MANHÃ	ALMOÇO/ JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA			
TERÇA-FEIRA		OUTUBRO	
QUARTA-FEIRA	TAPIOCA COM CREME DE RICOTA E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO PRETO, CARNE ASSADA, ABÓBORA COZIDA E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: HAMBURGUINHO DE LEGUMES )	BOLO DE BANANA E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	TAPIOCA COM PASTINHA DE PEPINO	X	BOLO DE BANANA
QUINTA-FEIRA		FERIADO	
RESTRIÇÕES			
SEXTA-FEIRA	TORRADAS INTEGRAIS COM GELEIA DE MORANGO E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PARMEGIANA DE PEIXE, BETERRABA REFOGADA E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: ABOBRINHA A PARMEGIANA )	BAGEL E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	TORRADAS INTEGRAIS COM GELEIA DE MORANGO	X	BAGEL



## MATERNAL 1 E 2, JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



06/11 A 10/11	SNACK MANHÃ	ALMOÇO/ JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA	BISNAGUINHA INTEGRAL COM CREME DE RICOTA TEMPERADO E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FALAFEL, COUVE FLOR REFOGADA E SALADINHA COLORIDA <b>SOBREMESA: GELATINA</b>	MILHO COZIDO E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	BISNAGUINHA INTEGRAL COM AZEITE E ORÉGANO	X	MILHO COZIDO
TERÇA-FEIRA	COOKIE DE CACAU E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PICADINHO DE FRANGO COM BATATA E CENOURA E SALADINHA DE ALFACE ROXA E ESCAROLA <b>(VEGETARIANO: BOLINHO DE LEGUMES)</b>	PÃO DE QUEIJO COM CHIA E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	COOKIE DE CACAU	X	PÃO DE BEIJO COM CHIA
QUARTA-FEIRA	OVOS MEXIDOS, MAGIC TOAST COM GELEIA E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJOADINHA COM CARNE DESFIADA, FAROFINHA DE CENOURA E BANANA DA TERRA, COUVE MANTEIGA REFOGADA E VINAGRETINHO <b>(VEGETARIANO: FEIJOADINHA DE SOJA)</b>	TORTA DE RICOTA COM TOMATE CEREJA E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	OVOS MEXIDOS / MAGIC TOAST COM GELEIA	X	TORTA DE LEGUMES
QUINTA-FEIRA	SANDUICHINHO COM PASTINHA DE FRANGO E FRUTA DA ESTAÇÃO	MACARRÃO À BOLONHESA, VAGEM REFOGADA E SALADINHA VARIADA <b>(VEGETARIANO: VAGEM REFOGADA)</b>	PIZZINHA DE QUEIJO COM MANJERICÃO E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	SANDUICHINHO COM PASTINHA DE BERINJELA	X	PIZZINHA DE LEGUMES
SEXTA-FEIRA	BISCOITINHOS DE POLVILHO E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PEIXE ASSADO COM MIX DE LEGUMES E SALADINHA VARIADA <b>(VEGETARIANO: BOLINHO DE BATATA COM QUINOA)</b>	COXINHA ASSADA E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	BISCOITINHOS DE POLVILHO	X	COXINHA DE BRÓCOLIS ASSADA



## MATERNAL 1 E 2, JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



13/11 A 17/11	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 FORNO, REPOLHO ROXO REFOGADO E SALADINHA DE FOLHAS VARIADAS (VEGETARIANO: QUIBE DE ABÓBORA)	PÃO CASEIRO COM REQUEIJÃO E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	CREAM CRACKER COM PASTINHA DE TOMATE	X	PÃO CASEIRO COM GELEIA SEM AÇUCAR
TERÇA-FEIRA	MINI PÃOZINHO FRANCÊS TOSTADINHO COM AZEITE E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FRANGO A PARMEGIANA, BATATA ASSADA E SALADINHA DE ALFACE AMERICANA COM TOMATE (VEGETARIANO: BERINJELA A PARMEGIANA)	BOLO DE LARANJA COM CENOURA E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	MINI PÃOZINHO FRANCÊS TOSTADINHO COM AZEITE	X	BOLO DE LARANJA COM CENOURA
QUARTA-FEIRA	FERIADO		
RESTRIÇÕES			
QUINTA-FEIRA	CUSCUZ COM OVOS MEXIDOS E FRUTA DA ESTAÇÃO	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE, CARNE EM CUBINHOS, ABOBRINHA REFOGADA E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: HAMBURGUINHOS DE LENTILHA)	CHEESEBURGUINHO COM PÃOZINHO DE AVEIA E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	CUSCUZ	X	CHEESEBURGUINHO COM HAMBURGUINHO DE LENTILHA
SEXTA-FEIRA	PANQUECA AMERICANA DIVERTIDA E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, HAMBURGUINHO DE PEIXE, PURÊ DE MANDIOQUINHA E SALADINHA DE REPOLHO COLORIDO (VEGETARIANO: HAMBURGUINHO DE LENTILHA COM CENOURA)	CUCA DE BANANA E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	PANQUECA AMERICANA DIVERTIDA	X	CUCA DE BANANA



## MATERNAL 1 E 2, JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



20/11 A 24/11	SNACK MANHÃ	ALMOÇO/ JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA		FERIADO	
RESTRIÇÕES			
TERÇA-FEIRA	PÃO DE FERMENTAÇÃO NATURAL COM CREME DE MINAS E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO COM CENOURA, FEIJÃO BRANCO, FRICASSÊ DE FRANGO, CHUCHU NO AZEITE E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: FRICASSÊ DE LEGUMES)	CUPCAKE DE MAÇA E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	PÃO DE FORMA FERMENTAÇÃO NATURAL COM PASTINHA DE TOMATE	X	CUPCAKE DE MAÇA
QUARTA-FEIRA	MINEIRINHO E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, TIRINHAS DE FIGADO ACEBOLADA, ESCAROLA REFOGADA E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: OVO COZIDO)	BISCOITINHOS CASEIROS DE COCO E SALADA DE FRUTAS
RESTRIÇÕES	PÃOZINHO COM CREME DE CENOURA	X	BISCOITINHOS CASEIROS DE COCO
QUINTA-FEIRA	CREPIOCA E FRUTA DA ESTAÇÃO	MACARRÃO AO MOLHO ROSÊ, FRANGO DESFIADO, ERVILHAS TEMPERADINHAS E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: SOJA CARA MOIDA)	DADINHO DE TAPIOCA E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	TAPIOCA COM PESTO	X	DADINHO DE TAPIOCA SEM QUEIJO
SEXTA-FEIRA	MAGIC TOAST COM PATÊ DE FRANGO E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CROQUETE DE PEIXE ASSADO, PURÊ DE BATATA DOCE E SALADINHA VARIADA	BOLO DE CACAU COM CALDINHA DE CACAU E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	MAGIC TOAST COM HOMUS	X	BOLO DE CACAU COM CALDINHA DE CACAU



## MATERNAL 1 E 2, JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



27/11 A 30/11	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, CARNE DESFIADA AO MOLHO, CHUCHU NO AZEITE E SALADINHA DE ACELGA	BOLO DE ABOBRINHA E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	SANDUICHINHO NATURAL COM PASTINHA DE CENOURA	X	BOLO DE ABOBRINHA
TERÇA-FEIRA	TORRADA INTEGRAL COM GELEIA SEM AÇÚCAR E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FRANGO ASSADO COM CALDINHA DE LARANJA, QUIABO DOURADO E SALADINHA COLORIDA (VEGETARIANO: BOLINHO DE LEGUMES)	MUFFIN DE QUEIJO COM BRÓCOLIS E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	TORRADA INTEGRAL COM GELEIA SEM AÇÚCAR	X	MUFFIN DE BRÓCOLIS COM TOMATE
QUARTA-FEIRA	TAPIOCA COM MANTEIGA E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJOADINHA COM CARNE EM CUBOS, FAROFINHA DE ABOBRINHA, COUVE MANTEIGA REFOGADA E VINAGRETINHO (VEGETARIANO: FEIJOADINHA DE LEGUMES)	BROWNIE INTEGRAL E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	TAPIOCA	X	BROWNIE INTEGRAL
QUINTA-FEIRA	COOKIE DE BANANA COM AVEIA E FRUTA DA ESTAÇÃO	MACARRÃO NA MANTEIGA, NUGGETS DE FRANGO, ERVILHAS E BRÓCOLIS (VEGETARIANO: HAMBURGUINHO DE LENTILHA)	PÃO DE QUEIJO E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	COOKIE DE BANANA COM AVEIA	X	PÃO DE BEIJO
SEXTA-FEIRA		DEZEMBRO	
RESTRIÇÕES			