



B1 E MINI MATERNAL

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 | | | |
| RESTRIÇÕES | | FERIADO | |
| 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 |



B1 E MINI MATERNAL

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 SOBREMESA: GELATINA | 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 (VEGETARIANO: BOLINHO DE LEGUMES) | 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 COM BANANA DA TERRA, COUVE MANTEIGA REFOGADA E VINAGRETINHO (VEGETARIANO: FEIJOADINHA DE SOJA) | 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 (VEGETARIANO: VAGEM REFOGADA) | 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 (VEGETARIANO: BOLINHO DE BATATA COM QUINOA) | COXINHA ASSADA E CREME DE LARANJA COM CENOURA |
| RESTRIÇÕES | BISCOITINHOS DE POLVILHO | X | COXINHA DE BRÓCOLIS ASSADA |



B1 E MINI MATERNAL

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 |



B1 E MINI MATERNAL

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 |



B1 E MINI MATERNAL

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 CREME DE ABACATE | 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 | | | |