



## B1 E MINI MATERNAL

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



| 01/08 A 04/08  | SNACK MANHÃ  | ALMOÇO / JANTAR<br>(SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)  | SNACK TARDE  |
|----------------|--|---|--|
| SEGUNDA- FEIRA |  | JULHO   |  |
| TERÇA-FEIRA    | CUSCUZ COM QUINOA, OVOS MEXIDOS E FRUTA DA ESTAÇÃO   | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE FRANGO GRELHADO, CREME DE ESPINAFRE E SALADINHA DE RÚCULA COM ACELGA<br>(VEGETARIANO: FALAFEL)                          | MILHO COZIDO E FRUTA DA ESTAÇÃO                            |
| RESTRIÇÕES     | CUSCUZ   | X   | MILHO COZIDO   |
| QUARTA-FEIRA   | PÃO DE QUEIJO E FRUTA DA ESTAÇÃO                     | BAIÃOZINHO DE DOIS COM CARNE DESFIADA, COUVE MANTEIGA REFOGADA E SALADINHA DE TOMATE COM PEPINO (VEGETARIANO: BAIÃOZINHO DE DOIS COM OVO COZIDO)              | BOLO FORMIGUEIRO COM CHIA E FRUTA DA ESTAÇÃO               |
| RESTRIÇÕES     | PÃO DE BEIJO   | X   | BOLO FORMIGUEIRO COM CHIA ADOÇADO COM BANANA               |
| QUINTA-FEIRA   | MAGIC TOAST COM GELEIA SEM AÇÚCAR E FRUTA DA ESTAÇÃO | MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE, FRANGO ASSADO, VAGEM REFOGADA, CENOURA COZIDA E SALADINHA DE ESCAROLA (VEGETARIANO: ERVILHAS) SOBREMESA: GELATINA                | PÃOZINHO DE ABÓBORA COM CREME DE RICOTA E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES     | MAGIC TOAST COM GELEIA SEM AÇÚCAR                    | X   | PÃOZINHO DE ABÓBORA COM GELEIA SEM AÇÚCAR                  |
| SEXTA-FEIRA    | BROINHA DE MILHO 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) | SCONE COM UVA PASSA ROXA E FRUTA DA ESTAÇÃO                |
| RESTRIÇÕES     | BROINHA DE MILHO                                     | X   | SCONE COM UVA PASSA ROXA                                   |



## B1 E MINI MATERNAL

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



| 07/08 A 11/08  | SNACK MANHÃ   | ALMOÇO / JANTAR<br>(SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)  | SNACK TARDE  |
|----------------|---|---|--|
| SEGUNDA- FEIRA | BISNAGUINHA INTEGRAL COM CREME DE RICOTA TEMPERADA E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PANQUECA DE QUEIJO AO MOLHO DE TOMATE, ESPINAFRE REFOGADO E SALADINHA DE PEPINO<br><b>SOBREMESA: GELATINA</b>   | OVOS MEXIDOS E FRUTA DA ESTAÇÃO                                      |
| RESTRIÇÕES     | BISNAGUINHA INTEGRAL COM AZEITE DE OLIVA E ORÉGANO                    | X   | OVOS MEXIDOS / MAGIC TOAST COM GELEIA CASEIRA SEM AÇÚCAR             |
| TERÇA-FEIRA    | COOKIE DE CACAU E FRUTA DA ESTAÇÃO                                    | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PICADINHO DE FRANGO COM BATATA DOCE E CENOURA E SALADINHA DE ALFACE ROXA ( <b>VEGETARIANO: BOLINHO DE LEGUMES</b> )   | PÃO DE FERMENTAÇÃO NATURAL COM PASTINHA DE FRANGO E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES     | COOKIE DE CACAU   | X   | PÃO DE FERMENTAÇÃO NATURAL COM PASTINHA DE BERINJELA                 |
| QUARTA-FEIRA   | BOLO DE MAÇÃ COM UM TOQUE DE CANELA E FRUTA DA ESTAÇÃO                | ARROZ BRANCO, TUTU DE FEIJÃO, BIFINHOS GRELHADOS ACEBOLADOS, COUVE MANTEIGA REFOGADA E VINAGRETINHO ( <b>VEGETARIANO: OVO ESTALADO</b> )  | FOCACCIA DE ALECRIM COM TOMATE CEREJA E FRUTA DA ESTAÇÃO             |
| RESTRIÇÕES     | BOLO DE MAÇÃ COM UM TOQUE DE CANELA ADOÇADO COM UVA PASSA BRANCA      | X   | FOCACCIA DE ALECRIM COM TOMATE CEREJA                                |
| QUINTA-FEIRA   | MILHO COZIDO E FRUTA DA ESTAÇÃO                                       | ALMOÇO: MACARRÃO À BOLONHESA, SALADINHA DE LENTILHA TEMPERADA E ALFACE AMERICANA/ JANTAR: SOPINHA DE MACARRÃO DE LETRINHAS COM FEIJÃO, FRANGO EM PEDACINHOS, BRÓCOLIS, CHUCHU E ABOBRINHA ( <b>VEGETARIANO: LENTILHA TEMPERADA/ SOPINHA DE MACARRÃO DE LETRINHAS COM FEIJÃO, BRÓCOLIS, CHUCHU E</b> | PIZZINHA DE QUEIJO COM MANJERICÃO E FRUTA DA ESTAÇÃO                 |
| RESTRIÇÕES     | MILHO COZIDO  | X   | PIZZINHA DE LEGUMES  |
| SEXTA-FEIRA    | BISCOITINHOS DE POLVILHO E FRUTA DA ESTAÇÃO                           | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, ISCAS DE PEIXE EMPANADO NO FORNO, PURÊ DE BATATA E SALADINHA VARIADA ( <b>VEGETARIANO: HAMBURGUINHO DE LEGUMES</b> )  | COXINHA ASSADA E FRUTA DA ESTAÇÃO                                    |
| RESTRIÇÕES     | BISCOITINHOS DE POLVILHO  | X   | COXINHA ASSADA   |



## B1 E MINI MATERNAL

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



| 14/08 A 18/08  | SNACK MANHÃ  | ALMOÇO / JANTAR<br>(SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)  | SNACK TARDE   |
|----------------|--|---|---|
| SEGUNDA- FEIRA | CREAM CRACKER COM PASTINHA DE PEPINO E FRUTA DA ESTAÇÃO        | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, QUIBE DE FORNO, REPOLHO ROXO REFOGADO E TABULE COM QUINOA (VEGETARIANO: QUIBE DE ABÓBORA)                                     | PÃO CASEIRO DE AVEIA COM REQUEIJÃO E FRUTA DA ESTAÇÃO       |
| RESTRIÇÕES     | CREAM CRACKER COM PASTINHA DE PEPINO                           | X   | PÃO CASEIRO DE AVEIA COM GELEIA CASEIRA SEM AÇUCAR          |
| TERÇA-FEIRA    | MINI PÃOZINHO FRANCÊS TOSTADINHO COM AZEITE E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FRANGO COZIDO, CREME DE MILHO E SALADINHA DE ALFACE AMERICANA COM BETERRABA RALADA (VEGETARIANO: BERINJELA EMPANADA NO FORNO) | PIPOCA E FRUTA DA ESTAÇÃO                                   |
| RESTRIÇÕES     | MINI PÃOZINHO FRANCÊS TOSTADINHO COM AZEITE DE OLIVA           | X   | PIPOCA DE SAGU  |
| QUARTA-FEIRA   | TAPIOCA COM QUEIJO E FRUTA DA ESTAÇÃO                          | ARROZ BRANCO, FEIJÃO PRETO, CARNE MOÍDA COM BATATA E ABOBRINHA E SALADINHA DE ACELGA (VEGETARIANO: SOJA MOÍDA COM LEGUMES)                                  | 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, CARNE GRELHADA EM CUBINHOS E VAGEM REFOGADA COM CENOURA (VEGETARIANO: HAMBURGUINHOS DE LENTILHA)                               | CHEESEBURGUINHO COM PÃOZINHO DE MANDIOCA E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRIÇÕES     | RABANADA COM LEITE VEGETAL                                     | X   | CHEESEBURGUINHO COM HAMBURGUINHO DE SOJA                    |
| SEXTA-FEIRA    | BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE E FRUTA DA ESTAÇÃO                  | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, MOQUEQUINHA DE PEIXE, FAROFINHA DE TALOS E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: MOQUEQUINHA DE LEGUMES COM ERVILHAS)               | BRUSQUETA COM QUEIJO, TOMATE E OREGANO E FRUTA DA ESTAÇÃO   |
| RESTRIÇÕES     | BOLO DE FUBÁ ADOÇADO COM UVA PASSA BRANCA                      | X   | BRUSQUETA COM TOMATE E OREGANO                              |



## B1 E MINI MATERNAL

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



| 21/08 A 25/08  | SNACK MANHÃ   | ALMOÇO / JANTAR<br>(SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)   | SNACK TARDE                                      |
|----------------|---|--|--|
| SEGUNDA- FEIRA | PÃO DE FORMA FERMENTAÇÃO NATURAL COM CREME DE MINAS E FRUTA DA ESTAÇÃO          | ARROZ INTEGRAL, STROGONOFF DE CARNE, BATATA RÚSTICA COM ALECRIM ASSADA E SALADINHA DE ALFACE MIMOSA<br>(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    | OVINHO DE CODORNA COM TOMATE CEREJA E FRUTA DA ESTAÇÃO                          | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FRICASSÊ DE FRANGO, CHUCHU NO AZEITE E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: FRICASSÊ DE LEGUMES)                                  | TAPIOCA COM RICOTA TEMPERADA E FRUTA DA ESTAÇÃO  |
| RESTRIÇÕES     | OVINHO DE CODORNA COM TOMATE CEREJA/<br>PALITINHOS DE CENOURA COM TOMATE CEREJA | X  | TAPIOCA COM PESTO                                |
| QUARTA-FEIRA   | CUPCAKE DE BETERRABA ADOÇADO COM UVA PASSA BRANCA E FRUTA DA ESTAÇÃO            | ARROZ BRANCO, FEIJOADINHA COM CARNE DESFIADA, FAROFINHA DE CENOURA, COUVE MANTEIGA REFOGADA E VINAGRETINHO<br>(VEGETARIANO: FEIJOADINHA COM CARNE DE JACA) | BISCOITINHOS CASEIROS DE COCO E SALADA DE FRUTAS |
| RESTRIÇÕES     | CUPCAKE DE BETERRABA ADOÇADO COM UVA PASSA BRANCA                               | X  | BISCOITINHOS CASEIROS DE COCO                    |
| QUINTA-FEIRA   | BAGEL COM GELEIA CASEIRA DE MORANGO SEM AÇUCAR E FRUTA DA ESTAÇÃO               | MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE, ALMÔNDEGAS DE CARNE, GRÃO DE BICO TEMPERADO E SALADINHA VARIADA<br>(VEGETARIANO: ALMÔNDEGAS DE SOJA)                          | BOLINHO DE ARROZ ASSADO E FRUTA DA ESTAÇÃO       |
| RESTRIÇÕES     | BAGEL COM GELEIA CASEIRA DE MORANGO SEM AÇUCAR                                  | X  | BOLINHO DE ARROZ ASSADO                          |
| 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 ADOÇADO COM TAMARAS                |



## B1 E MINI MATERNAL

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



| 28/08 A 31/08  | SNACK MANHÃ   | ALMOÇO / JANTAR<br>(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, BETERRABA REFOGADA E SALADINHA DE ALFACE AMERICANA   | BOLO MESCLADO ADOÇADO COM BANANA E FRUTA DA ESTAÇÃO      |
| RESTRICÇÕES    | SANDUICHINHO NATURAL COM PASTINHA DE CENOURA                                | X  | BOLO MESCLADO ADOÇADO COM BANANA                         |
| TERÇA-FEIRA    | TORRADA INTEGRAL COM GELEIA CASEIRA SEM AÇÚCAR E FRUTA DA ESTAÇÃO           | BAIÃOZINHO DE DOIS, CARNE ASSADA E SALADINHA DE BATATA COM FOLHAS VARIADAS<br>(VEGETARIANO: CARNE DE SOJA)   | MUFFIN DE QUEIJO COM BRÓCOLIS E FRUTA DA ESTAÇÃO         |
| RESTRICÇÕES    | TORRADA INTEGRAL COM GELEIA SEM AÇÚCAR                                      | X  | MUFFIN DE BRÓCOLIS COM TOMATE                            |
| QUARTA-FEIRA   | BOLO DE LARANJA COM CENOURA ADOÇADO COM UVA PASSA BRANCA E FRUTA DA ESTAÇÃO | ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, COXINHA DE FRANGO COZIDA COM BATATA DOCE E CENOURA E SALADINHA DE ALFACE E TOMATE<br>(VEGETARIANO: BOLINHO DE LEGUMES) | COOKIE DE BANANA COM AVEIA E FRUTA DA ESTAÇÃO            |
| RESTRICÇÕES    | BOLO DE LARANJA COM CENOURA ADOÇADO COM UVA PASSA BRANCA                    | X  | COOKIE DE BANANA COM AVEIA                               |
| QUINTA-FEIRA   | PÃO DE QUEIJO E FRUTA DA ESTAÇÃO  | MACARRÃO NA MANTEIGA, CARNE MOIDA, ERVILHAS E BRÓCOLIS<br>(VEGETARIANO: SOJA MOÍDA)  | PIZZINHA PORTUGUESINHA (SEM PRESUNTO) E FRUTA DA ESTAÇÃO |
| RESTRICÇÕES    | PÃO DE BEIJO  | X  | PIZZINHA DE LEGUMES COM TOMATE E MANJERICÃO              |
| SEXTA-FEIRA    |   | SETEMBRO   |  |
| RESTRICÇÕES    |   |  |  |