



# MATERNAL 1 E 2, JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



01/09/2023	SNACK MANHÃ	ALMOÇO	FRUTA DA ESTAÇÃO	SOBREMESA: (SOBREMESA:	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA					
TERÇA-FEIRA					
QUARTA-FEIRA					
QUINTA-FEIRA					
SEXTA-FEIRA	PÃO DE FORMA FERMENTAÇÃO NATURAL COM CREME DE MINAS E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, ESCONDIDINHO DE PEIXE E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: <b>ESCONDIDINHO DE LEGUMES</b> )		CUPCAKE DE ABÓBRINHA COM GOTAS DE CHOCOLATE E FRUTA DA ESTAÇÃO	

AGOSTO



## MATERNAL 1 E 2, JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



04/09 A 08/09	SNACK MANHÃ	ALMOÇO	FRUTA DA ESTAÇÃO	SNACK TARDE
SEGUNDA-FEIRA	PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PANQUECA DE FRANGO COM CENOURA RALADINHA, BETERRABA REFOGADA E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: PANQUECA DE LEGUMES)	BOLO DE CACAU E FRUTA DA ESTAÇÃO	
TERÇA-FEIRA	CUSCUZ COM OVOS MEXIDOS E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE MOIDA COM MOLHO, POLENTINHA CREMOSA E SALADINHA COLORIDA (VEGETARIANO: SOJA MOIDA)	BOLACHINHAS CASEIRAS DE LARANJA E FRUTA DA ESTAÇÃO	
QUARTA-FEIRA	MAGIC TOAST COM CREME DE RICOTA E FRUTA DA ESTAÇÃO	"FEIJOADINHA" COM CARNE DESFIADA, ARROZ BRANCO, FAROFINHA DE BANANA DA TERRA, COUVE MANTEIGA REFOGADO E VINAGRETIHO (VEGETARIANO: FEIJOADINHA DE LEGUMES)	PÃO DE QUEIJO E FRUTA DA ESTAÇÃO	
QUINTA-FEIRA		FERIADO		
SEXTA-FEIRA	BISCOITOS INTEGRAIS DE AVEIA E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, BOLINHOS DE PEIXE ASSADOS, ABÓBORA ASSADA E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: BOLINHO DE LENTILHA)	SCONE DE UVA PASSA ROXA E FRUTA DA ESTAÇÃO	



# MATERNAL 1 E 2, JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



11/09 A 14/09	SNACK MANHÃ	ALMOÇO	FRUTA DA ESTAÇÃO)	(SOBREMESA:	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA	TAPIOCA COM CREME DE MINAS E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, OMELETE DE FORNO COM QUEIJO, ABOBRINHA REFOGADA E SALADINHA COLORIDA			BOLO DE LARANJA E FRUTA DA ESTAÇÃO
TERÇA-FEIRA	SANDUICHINHO NATURAL E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, HAMBURGUINHO DE FRANGO, CHUCHU NO AZEITE E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: FALAFEL) SOBREMESA: GELATINA			BOLINHO DE CHUVA ASSADO E FRUTA DA ESTAÇÃO
QUARTA-FEIRA	PIPOCA E SALADA DE FRUTA	ARROZ BRANCO, FEIJÃO BRANCO, FIGADO ACEBOLADO, BRÓCOLIS REFOGADO E SALADINHA DE ALFACE AMERICANA (VEGETARIANO: BOLINHO DE LENTILHA)			PANQUEQUINHA COLORIDA E FRUTA DA ESTAÇÃO
QUINTA-FEIRA	TORRADINHAS INTEGRAIS COM GELEIA DE FRUTA E FRUTA DA ESTAÇÃO	MACARRÃO PRIMAVERA, FRANGO ASSADO E SALADINHA DE FOLHAS VARIADAS (VEGETARIANO: BOLINHO DE BATATA COM QUINOA)			CHEESEBURGUINHO E FRUTA DA ESTAÇÃO
SEXTA-FEIRA	PÃOZINHO NA CHAPA E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PARMEGIANA DE PEIXE, COUVE FLOR REFOGADA E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: ABOBRINHA A PARMEGIANA)			MILHO COZIDO E FRUTA DA ESTAÇÃO



# MATERNAL 1 E 2, JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



18/09 A 22/09	SNACK MANHÃ	ALMOÇO	FRUTA DA ESTAÇÃO	(SOBREMESA:	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA	OVOS MEXIDOS, CREAM CRACKER COM MANTEIGA E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, STROGONOFF DE CARNE, BATATA PALITO ASSADA E SALADINHA DE ALFACE CRESPA (VEGETARIANO: STROGONOFF DE LEGUMES)	MILHO COZIDO E FRUTA DA ESTAÇÃO		
TERÇA-FEIRA	MAGIC TOAST COM REQUEijÃO E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, NUGGETS CASEIRO ASSADO, PURÊ DE MANDIOQUINHA E SALADINHA DE ESCAROLA (VEGETARIANO: HAMBURGUEIRO DE BRÓCOLIS)	BOLO DE MANDIOCA COM COCO E FRUTA DA ESTAÇÃO		
QUARTA-FEIRA	BRUSQUETA E FRUTA DA ESTAÇÃO	FEIJADINHA COM CARNE EM CUBINHOS, ARROZ BRANCO, FAROFINHA DE BETERRABA RALADA, COUVE MANTEIGA REFOGADO E VINAGRETTINHO (VEGETARIANO: FEIJADINHA DE LEGUMES)	CREPIOCA E FRUTA DA ESTAÇÃO		
QUINTA-FEIRA	PÃO DE FORMA INTEGRAL COM PASTINHA DE CENOURA E FRUTA DA ESTAÇÃO	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE NATURAL COM ALMONDEGAS DE CARNE, CENOURA REFOGADA E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: BOLINHO DE FEIJÃO)	MUFFIN DE LEGUMES E FRUTA DA ESTAÇÃO		
SEXTA-FEIRA	BISCOITINHOS DE POLVILHO E SALADA DE FRUTA	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, ISCAS DE PEIXE GRELHADINHAS, LEGUMES REFOGADOS E SALADINHA COLORIDA (VEGETARIANO: ERVILHAS)	PIZZINHA DE QUEIJO, TOMATE E MANJERICÃO E FRUTA DA ESTAÇÃO		



# MATERNAL 1 E 2, JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



25/09 A 29/09	SNACK MANHÃ	ALMOÇO	FRUTA DA ESTAÇÃO	SNACK TARDE
SEGUNDA-FEIRA	TORRADA COM CREME DE RICOTA TEMPERADA E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO PRETO, OVO ESTALADO, BRÓCOLIS REFOGADO E SALADINHA DE REPOLHO COLORIDO <b>SOBREMESA: GELATINA</b>	CUPCAKE DE BANANA E FRUTA DA ESTAÇÃO	
TERÇA-FEIRA	BISCOITO DE CACAU E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FRANGO ENSOPADO COM LEGUMES E SALADINHA DE ESCAROLA <b>(VEGETARIANO: BOLINHO DE LEGUMES)</b>	PÃO VERDE RECHEADO COM QUEIJO E FRUTA DA ESTAÇÃO	
QUARTA-FEIRA	CUSCUZ COM OVOS MEXIDOS E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, TUTU DE FEIJÃO, CARNE ASSADA, ACELGA REFOGADA E SALADINHA DE TOMATE <b>(VEGETARIANO: HAMBURGUINHO DE CARNE DE SOJA)</b>	ESFIHA DE FRANGO COM MILHO E FRUTA DA ESTAÇÃO	
QUINTA-FEIRA	TAPIOCA COM GELEIA E FRUTA DA ESTAÇÃO	MACARRÃO INTEGRAL AO MOLHO ROSÉ, FRANGO DESFIADO, VAGEM REFOGADA E SALADINHA VARIADA <b>(VEGETARIANO: MACARRÃO INTEGRAL COM GRÃO DE BICOO TEMPERADINHO)</b>	PÃO DE QUEIJO COM CHIA E FRUTA DA ESTAÇÃO	
SEXTA-FEIRA	SANDUICHINHO DE QUEIJO BRANCO E TOMATE E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARIOCA, PEIXE ASSADO NO FORNO COM LEGUMES E SALADINHA VARIADA <b>(VEGETARIANO: BOLINHO DE LENTILHA)</b>	BOLO DE BETERRABA COM CALDINHA DE CACAU	