



MATERNAL 1 E 2, JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



01 A 05	SNACK MANHÃ	ALMOÇO/ JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA	FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE MOÍDA COM BATATA, ESCAROLA REFOGADA E SALADINHA DE BETERRABA RALADINHA	BISCOITOS INTEGRAIS, QUEIJO COALHO TOSTADINHO E FRUTA DA ESTAÇÃO
TERÇA-FEIRA	FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FRANGO COZIDO DESFIADO, CHUCHU NO AZEITE DE OLIVA E SALADINHA DE ALFACE ROXA COM BETERRABA COZIDA PICADINHA	COOKIE CASEIRO DE BANANA E AVEIA E FRUTA DA ESTAÇÃO
QUARTA-FEIRA	FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, TUTU DE FEIJÃO, OMELETE DE LEGUMES, COUVE MANTEIGA REFOGADA E VINAGRETINHO	MINI QUIBE DE CARNE ASSADO E FRUTA DA ESTAÇÃO
QUINTA-FEIRA	FRUTA DA ESTAÇÃO	PENNE AO MOLHO DE TOMATE NATURAL, ALMÔNDegas DE CARNE, VAGEM REFOGADA E SALADINHA DE CENOURATEMPERADINHA	BOLO DE MAÇÃ COM UM TOQUE DE CANELA E FRUTA DA ESTAÇÃO
SEXTA-FEIRA	FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PEIXE NO FORNO, ESPINAFRE REFOGADO E SALADINHA DE TOMATE	MINI PÃO FRANCÊS NA CHAPA COM ORÉGANO E FRUTA DA ESTAÇÃO



MATERNAL 1 E 2, JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



09 A 13	SNACK MANHÃ	ALMOÇO/ JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA	FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, STROGONOFF DE CARNE, BATATA PALITO ASSADA E SALADINHA DE ACELGA E BETERRABA RALADINHA	BOLO DE CENOURA E FRUTA DA ESTAÇÃO
TERÇA-FEIRA	FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, ISCAS EMPANADAS DE FRANGO, CREME DE MILHO E SALADINHA VARIADA	FOCACCIA DE RICOTA COM TOMATE CEREJA E FRUTA DA ESTAÇÃO
QUARTA-FEIRA	FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, "FEIJOADINHA" COM CARNE EM CUBOS, FAROFINHA DE LEGUMES, COUVE MANTEIGA REFOGADA E VINAGRETINHO	PÃO DE BATATA CASEIRO COM MANTEIGA E FRUTA DA ESTAÇÃO
QUINTA-FEIRA	FRUTA DA ESTAÇÃO	MACARRÃO GRAVATINHA AO MOLHO DE TOMATE NATURAL, SOBRECOXA DE FRANGO DESFIADA, COUVE FLOR REFOGADA E SALADINHA DE LENTILHA TEMPERADA	BISCOITO DE POLVILHO / QUEIJO BRANCO EM CUBINHOS E FRUTA DA ESTAÇÃO
SEXTA-FEIRA	FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE DESFIADINHA COM POLENTA, E SALADINHA DE BETERRABA COM CENOURA	PÃO DE QUEIJO E FRUTA DA ESTAÇÃO



MATERNAL 1 E 2, JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



16 A 20	SNACK MANHÃ	ALMOÇO/ JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA	FERIADO		
TERÇA-FEIRA			
QUARTA-FEIRA		ARROZ BRANCO, FEIJÃO PRETO, CARNE MOÍDA COM ABOBRINHA E SALADINHA DE RÚCULA PICADINHA	MILHO COZIDO / QUEIJO BRANCO TEMPERADINHO E FRUTA DA ESTAÇÃO
QUINTA-FEIRA	FRUTA DA ESTAÇÃO	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE NATURAL AO MOLHO BOLONHESA, ERVILHAS TEMPERADAS E SALADINHA DE ESCAROLA COM TOMATE	TORTA DE PÃO DE QUEIJO E FRUTA DA ESTAÇÃO
SEXTA-FEIRA	FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, ISCAS DE PEIXE EMPANADAS NO FORNO, CENOURA REFOGADA E SALADINHA VARIADA	COOKIES CASEIROS DE COCO EM FORMATOS DIVERTIDOS E FRUTA DA ESTAÇÃO



MATERNAL 1 E 2, JARDIM 1 E 2

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



23 A 27	SNACK MANHÃ	ALMOÇO/ JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)	SNACK TARDE
SEGUNDA - FEIRA	SALADA DE FRUTAS	ARROZ BRANCO COM BRÓCOLIS, FEIJÃO BRANCO, COZIDINHO DE FRANGO, CHUCHU NO AZEITE E SALADINHA DE ALFACE ROXA	TORTA DE FRANGO COM TOMATE E FRUTA DA ESTAÇÃO
TERÇA-FEIRA	FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE COZIDA, CREME DE ESPINAFRE E SALADINHA DE ACELGA	BOLO DE ABOBRINHA E FRUTA DA ESTAÇÃO
QUARTA-FEIRA	FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO PRETO, SOBRECORA DE FRANGO ASSADA, FAROFINHA DE CENOURA E SALADINHA DE ALFACE CRESPA COM TOMATE	BROA DE MILHO E FRUTA DA ESTAÇÃO
QUINTA-FEIRA	FRUTA DA ESTAÇÃO	MACARRÃO AO MOLHO NATURAL DE TOMATE COM CARNE MALUCA, ABOBRINHA REFOGADA E SALADINHA DE GRÃO DE BICO	BANANA BREAD E FRUTA DA ESTAÇÃO
SEXTA-FEIRA	FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FRANGO GRELHADO, PURÊ DE ABÓBORA E SALADINHA DE TOMATE	PÃOZINHO DE ESPINAFRE COM CREME DE RICOTA TEMPERADA E FRUTA DA ESTAÇÃO