

*Cardápio*

Níveis A,B,C,D

Setembro/2017

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Refeição*** | ***Segunda-feira*** | ***Terça-feira*** | ***Quarta-feira*** | ***Quinta-feira*** | ***Sexta-feira*** |
| ***Dias*** |  |  |  |  | ***01/09*** |
| ***Lanche da Manhã*** |  |  |  |  | Bolacha doce ou salgada  Chá de Camomila  Fruta |
| ***Almoço*** |  |  |  |  | Arroz, Feijão, Peixe assado,  Purê de batata,  Salada de vagem  Suco de laranja |
| ***Lanche da Tarde*** |  |  |  |  | Fruta  Broinha de fubá  Suco |
| ***Sopa*** |  |  |  |  | Sopa de batata com carne |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Refeição*** | ***Segunda-feira*** | ***Terça-feira*** | ***Quarta-feira*** | ***Quinta-feira*** | ***Sexta-feira*** |
| ***Dias*** | ***04/09*** | ***05/09*** | ***06/09*** | ***07/09*** | ***08/09*** |
| ***Lanche da Manhã*** | Pão com doce  Fruta  Leite com chocolate | Bolo de Milho com coco  Fruta  Chá de Erva Doce | Bolacha Salgada  Cereal com leite ou iogurte  Fruta  Chá de Maça |  |  |
| ***Almoço*** | Arroz, Feijão,  Macarrão a bolonhesa, abobrinha refogada,  Salada de couve  Suco de limão | Arroz integral, Feijão,  Frango ao molho, Polenta cremosa,  Salada de beterraba cozida  Suco de maracujá | Arroz, Lentilha,  Carne em tirinhas,  Brócolis refogado,  Salada de cenoura ralada  Suco de laranja | FERIADO | FERIADO |
| ***Lanche da Tarde*** | Fruta  Bolo de milho com coco  Chá Mate | Fruta  Bolo de pão de queijo  Suco de laranja | Fruta  Biscoito caseiro  Vitamina de banana |  |  |
| ***Sopa*** | Sopa de legumes com carne | Creme de fubá com frango | Sopa de lentilha |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Refeição*** | ***Segunda-feira*** | ***Terça-feira*** | ***Quarta-feira*** | ***Quinta-feira*** | ***Sexta-feira*** |
| ***Dias*** | ***11/09*** | ***12/09*** | ***13/09*** | ***14/09*** | ***15/09*** |
| ***Lanche da Manhã*** | Mingau de aveia  Bolacha doce ou salgada  Fruta  Chá de Hortelã | Bolo integral de cenoura  Fruta  Leite com chocolate | Pão de leite com manteiga e  queijo  Fruta  Chá de Maçã | Bolo de aveia  Fruta  Leite com chocolate | Bolacha doce ou salgada  Chá Mate |
| ***Almoço*** | Arroz, Feijão,  Omelete assado com legumes,  Salada de alface  Suco de laranja | Arroz, Feijão,  Nuggets de frango caseiro assado, Macarrão penne ao molho branco,  Salada de repolho cozido  Suco de maracujá | Arroz, Lentilha, Estrogonofe de carne, batata assada em rodelas,Acelga refogada,Salada de alface roxaSuco de limão | Arroz, Feijão,  Panqueca de espinafre com carne, abóbora refogada,  Salada de tomate  Suco de abacaxi | Arroz, Feijão,  Tirinhas de peixe, farofinha de ervilha,  Salada de chuchu  Suco de laranja |
| ***Lanche da Tarde*** | Fruta  Bolo integral de cenoura  Chá de Erva-cidreira | Fruta  Torta salgada de legumes com frango  Suco de laranja | Fruta  Bolo de aveia  Suco de abacaxi | Fruta  Pão de leite com queijo, presunto e tomate  Suco de maracujá | Fruta  Bolo de maracujá  Suco de limão |
| ***Sopa*** | Sopa de legumes com carne | Canja de Galinha | Creme de lentilha com carne | Sopa de abóbora | Creme de ervilha |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Refeição | Segunda-feira | Terça-feira | ***Quarta-feira*** | ***Quinta-feira*** | ***Sexta-feira*** |
| Dias | ***18/09*** | ***19/09*** | ***20/09*** | ***21/09*** | ***22/09*** |
| Lanche da Manhã | Bolacha doce ou salgada  Fruta  Chá de Maçã | Pão de leite com requeijão ou manteiga  Fruta  Leite com chocolate | Bolacha Salgada  Cereal com leite ou iogurte  Fruta  Chá de Erva-cidreira | Pão com queijo  Fruta  Leite com chocolate | Bolacha doce ou salgada  Chá de Camomila |
| Almoço | Arroz, Feijão,  Carne moída ao molho, espaguete,  Salada de acelga  Suco de limão | Arroz, Feijão,  Fricassê de frango, berinjela refogada,  Salada de pepino  Suco de laranja | Arroz  Grão de bico  Carne de panela com cenoura e repolho,  Salada de tomate  Suco de maracujá | Arroz, Feijão,  Bife de fígado,  Purê de batatas,  Salada de beterraba ralada  Suco de abacaxi | Arroz, Feijão,  Peixe ao molho com leite de coco, batata doce assada,  Salada de  Suco de limão |
| Lanche da tarde | Fruta  Bolo de limão  Suco de maracujá | Lanche Comunitário | Fruta  Gelatina  Bolacha salgada  Vitamina de mamão, maça e banana | Fruta  Pão com patê de cenoura  Suco de laranja | Fruta  Quibe assado com aveia  Suco de abacaxi |
| Sopa | Creme de legumes com arroz | Sopa de frango com aveia | Sopa de grão de bico com carne | Sopa de feijão com macarrão | Sopa de batata com carne |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Refeição | Segunda-feira | Terça-feira | ***Quarta-feira*** | ***Quinta-feira*** | ***Sexta-feira*** |
| Dias | ***25/09*** | ***26/09*** | ***27/09*** | ***28/09*** | ***29/09*** |
| Lanche da Manhã | Bolacha doce ou salgada  Fruta  Chá de Maçã | Bolo de banana com aveia  Fruta  Leite com chocolate | Bolacha Salgada  Cereal com leite ou iogurte  Fruta  Chá de Maçã | Pão com queijo  Fruta  Leite com chocolate | Bolacha doce ou salgada  Chá de Camomila |
| Almoço | Arroz, Feijão,  Ovos mexidos, legumes assados ao molho branco,  Salada de tomate  Suco de abacaxi | Arroz, Feijão,  Sobrecoxa assada, creme de milho,  Salada de abobrinha  Suco de laranja | Arroz, Lentilha,  Músculo cozido, Suflê de couve-flor  Salada de alface crespa  Suco de maracujá | Arroz, Feijão,  Tirinhas de fígado acebolada,  Bolinho de arroz assado,  Salada de pepino  Suco de limão | Arroz, Feijão,  Peixe empanado assado,  Mandioca cozida, Salada de cenoura cozida  Suco de abacaxi |
| Lanche da tarde | Fruta  Bolo de banana com aveia  Suco de laranja | Fruta  Torta de pão  Suco de abacaxi | Fruta  Pudim  Chá de maçã com canela | Fruta  Pão com patê de frango com tomate  Suco de maracujá | Aniversariantes do mês |
| Sopa | Sopa de legumes com arroz | Canja de galinha | Creme de lentilha com carne | Sopa de feijão | Creme de mandioca |

**\*ANIVERSÁRIOS - Comemoração Interna do mês de Setembro 29/09**

**Nutricionista: Jenifer Campana Knabben – CRN 4649**