

CARDÁPIO JUN/2021

DE 01/06/2021 A 04/06/2021			
1	2	3	4
CAFE DA MANHA			
TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
leite c/ achocolatado	vitamina de frutas	suco de frutas	leite com morango
bisnaguinha com manteiga	pão de forma com queijo	cup cake de morango	bolo de cenoura
fruta	gelatina	fruta	gelatina
ALMOÇO			
arroz e feijão	macarrão ao sugo	arroz integral com feijão preto	arroz e feijão
salada de cenoura c/ tomate cereja	salada alface	salada de tomates	salada de acelga
frango em tiras	carne em cubos com cenoura	strogonof de frango	carne moída refogada
abóbora cozida	couve manteiga	batata palha	espinafre com ovo
suco de frutas	suco de frutas	suco de frutas	suco de frutas
gelatina	flan de baunilha	gelatina	salada de frutas
LANCHE DA TARDE			
suco de frutas	leite c/ achocolatado	leite	suco de frutas
bolo de coco	pão de forma com frios	sucrilhos	pão de queijo
gelatina	fruta	gelatina	barra de cereal
NUTRICIONISTA ALINE SANTANA EIRAS CRN3 40594			

DE 07/06/2021 A 11/06/2021				
7	8	9	10	11
CAFE DA MANHA				
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
leite com mamão	leite com achocolatado	vitamina de frutas	leite com achocolatado	suco de frutas
bisnaguinha com requeijão	pão francês com manteiga	pão de forma integral com queijo	pão de queijo	bisnaguinha com manteiga
gelatina	fruta	gelatina	fruta	gelatina
ALMOÇO				
arroz e feijão	arroz e feijão preto	arroz e feijão	arroz com milho	macarrão integral ao sugo
salada de pepino com tomate	salada de alface	salada de escarola	salada de beterraba ralada	salada de repolho com tomate
ovos mexidos com milho	carne em cubos	escondidinho de frango	carne moída refogada	iscas de frango
purê de batata doce	purê de batatas	acelga refogada	couve refogada	batata e cenoura sauté
suco de frutas	suco de frutas	suco de frutas	suco de frutas	suco de frutas
gelatina	gelatina	flan de chocolate	fruta	gelatina
LANCHE DA TARDE				
suco de frutas	leite com achocolatado	suco de frutas	agua de coco	suco de frutas
pão de queijo	bisnaguinha com requeijão	biscoito de polvilho	pão de forma integral com apresuntado	bolo de milho
fruta	gelatina	barra de cereal	gelatina	fruta
NUTRICIONISTA ALINE SANTANA EIRAS CRN3 40594				

CARDÁPIO JUN/2021

DE 14/06/2021 A 18/06/2021				
14	15	16	17	18
CAFÉ DA MANHÃ				
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
leite com morango	leite com achocolatado	vitamina de frutas	suco de frutas	suco de frutas
pão de queijo	bolo de cenoura	pão de forma com apresuntado	pão francês com queijo	pão de forma com manteiga
fruta	gelatina	barra de cereal	gelatina	fruta
ALMOÇO				
arroz e feijão	macarrão integral ao sugo	arroz com lentilha	arroz integral e feijão	macarrão ao sugo
salada de alface	salada de cenoura	salada de acelga	salada de chuchu com tomates	salada de batatas com ovos
escondidinho de carne	frango em tiras	iscas de carne	omelete com queijo	filet de frango grelhado
abobrinha refogada	abóbora cozida	couve refogada	batata palha	acelga refogada
suco de frutas	suco de frutas	suco de frutas	suco de frutas	suco de frutas
gelatina	fruta	gelatina	pudding de baunilha	gelatina
LANCHE DA TARDE				
suco de frutas	suco de frutas	água de coco	suco de frutas	leite c/ achocolatado
biscoito doce sem recheio	cup cake de chocolate	bolo de coco	pão de forma com frios	pão de queijo
fruta	gelatina	fruta	gelatina	barra de cereal
NUTRICIONISTA ALINE SANTANA EIRAS CRN3 40594				

DE 21/06/2021 A 25/06/2021				
21	22	23	24	25
CAFÉ DA MANHÃ				
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
leite com mamão	leite com achocolatado	vitamina de frutas	suco de frutas	suco de frutas
bisnaguinha com requeijão	pão de queijo	pão de forma integral com queijo	torrada com geléia	bolo de chocolate
fruta	gelatina	fruta	barrinha de cereal	gelatina
ALMOÇO				
arroz e feijão	arroz e feijão preto	macarrão ao sugo	arroz com milho	arroz e feijão
salada de pepino	salada de acelga	salada de alface	salada de beterraba ralada	salada de repolho com tomate
carne moída refogada	frango desfiado com azeitona	ovos mexidos com apresuntado	carne cozida com batatas	stroganoff de frango
couve refogada	pure de batata	acelga refogada	abóbora refogada	batata a dorê
suco de frutas	suco de frutas	suco de frutas	suco de frutas	suco de frutas
gelatina	fruta	mousse de maracujá	gelatina	gelatina
LANCHE DA TARDE				
suco de frutas	leite com achocolatado	suco de frutas	leite com achocolatado	suco de frutas
pão de queijo	bisnaguinha com requeijão	biscoito de polvilho	pão de forma integral com apresuntado	pão de queijo
fruta	gelatina	gelatina	fruta	barrinha de cereal
NUTRICIONISTA ALINE SANTANA EIRAS CRN3 40594				

CARDÁPIO JUN/2021

DE 28/06/2021 A 30/06/2021		
28	29	30
CAFÉ DA MANHÃ		
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA
leite com achocolatado	suco de frutas	leite com achocolatado
pão de queijo	pão de forma com manteiga	pão com manteiga
fruta	gelatina	fruta
ALMOÇO		
arroz e feijão	arroz e feijão preto	macarrão ao sugo
salada de alface	salada de cenoura c/ tomate cereja	salada de repolho roxo
ovos mexidos com queijo e azeitonas	iscas de carne	coxinha da asa assada
brócolis no vapor	abóbora cozida	batatas assadas
suco de fruta	suco de frutas	suco de frutas
gelatina	fruta	gelatina
LANCHE DA TARDE		
leite com achocolatado	suco de frutas	suco de frutas
pão de forma com queijo	bolo de cenoura	bisnaguinha com requeijão
fruta	gelatina	fruta
NUTRICIONISTA ALINE SANTANA EIRAS CRN3 40594		