

CARDÁPIO GERAL

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª 9:00	Leite c/ chocolate em pó meio amargo Cuscuz Mexerica 	Suco de caju Cookie de aveia c/ gotas de chocolate meio amargo Abacaxi 	Suco de melancia c/ gingibre e limão Mini pão francês com requeijão Banana c/ aveia 	Vitamina de abacate c/ banana Biscoito salgado c/ manteiga Goiaba 	Suco de uva Tapioca de chia e linhaça c/ manteiga Mamão 
2ª 12:00	Arroz branco Feijão preto Frango cozido Farofa de batata doce Alface e tomate picadinhos	Macarrão ao molho bolonhesa Couve cozida Salada crua	Arroz integral Feijão preto c/ beterraba Escondidinho de carne de sol Quiabo refogado Pepino e tomate cereja	Arroz c/ brócolis Feijão carioca Isca de carne acebolada Purê de abóbora Salada de folhas verdes	Galinhada Chuchu e cenoura cozidos Alface roxa picadinha e tomate
Sobremesa	 (melão)	 (melancia)	 (pera)	Rapadura	 (manga)

Observação: Este cardápio poderá ser modificado devido alterações intestinais da criança ou da necessidade da creche. Caso haja alguma alteração será informada na agenda da criança.

Nutricionista Nathália Nagib  
CRN1 8327

**OBSERVAÇÕES:**

**Lis: A fruta será oferecida as 11hs e o leite integral será substituído pelo leite zero lactose.**

**Júlia: Substituir leite por suco de fruta.**

**Francisco: substituir o peixe por carne, frango ou ovo mexido.**

CARDÁPIO **LUCAS**

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>1ª</b> <b>9:00</b>	Leite c/ chocolate em pó meio amargo Cuscuz Mexerica 	Suco de caju Cookie de aveia c/ gotas de chocolate meio amargo Abacaxi 	Suco de melancia c/ gengibre e limão Pão integral com requeijão Banana c/ aveia 	Vitamina de abacate c/ banana Biscoito salgado integral c/ manteiga Goiaba 	Suco de uva Tapioca de chia e linhaça c/ manteiga Mamão 
<b>2ª</b> <b>12:00</b>	Arroz integral Feijão preto Frango cozido Farofa de batata doce Alface e tomate picadinhos	Macarrão ao molho bolonhesa Couve cozida Salada crua	Arroz integral Feijão preto c/ beterraba Peito de frango Purê de batata Quiabo refogado Pepino e tomate cereja	Arroz c/ brócolis Feijão carioca Peito de frango Purê de abóbora Salada de folhas verdes	Galinhada Chuchu e cenoura cozidos Alface roxa picadinha e tomate
<b>Sobremesa</b>	 (melão)	 (melancia)	 (pera)	 (banana)	 (manga)

Observação: Este cardápio poderá ser modificado devido alterações intestinais da criança ou da necessidade da creche. Caso haja alguma alteração será informada na agenda da criança.

Nutricionista Nathália Nagib  
CRN1 8327

**OBSERVAÇÃO:** Os sucos de frutas e vitaminas serão oferecidos com adoçante.  
O aluno poderá repetir uma vez as carnes brancas, já a carne vermelha não haverá repetição