

CARDÁPIO – BERÇÁRIO A G5 – de 11/03 a 15/03/2024

DIA/ REFEIÇÃO	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE (BERÇÁRIO a BABY)	LANCHE DA TARDE (G1 a G5)	JANTAR
11	Suco de laranja Frutas: Banana e melão	Arroz Lentilha Omelete do Hulk Alface + Tomate	Leite Suco de laranja com Mamão Frutas: Banana e maçã	Batida de Banana Fruta: Maçã Bolacha integral	Arroz Lentilha Iscas com Batata Salada de Beterraba
12	Suco de laranja Frutas: Banana e manga	Macarrão Feijão Preto Molho a Bolonhesa Salada de Brócolis	Leite Suco de Laranja Frutas: Banana e Melão	Suco de Limonada Suíça Fruta: Melão Bolo de Milho	Arroz Feijão Preto Fricassé Salada de Chuchu
13	Suco de laranja Frutas: Banana e maçã	Arroz Feijão Carioca Picado com Molho Purê de Batata Mix de Repolho	Leite Suco de laranja com Maçã Frutas: Banana e manga	Suco de laranja Frutas: Manga Salada de Frutas	Arroz Feijão carioca Iscas de Frango Assada Salada de Pepino
14	Suco de laranja Frutas: Banana e mamão	Arroz Feijão Preto Carreteiro Tropeiro Farofa de Banana Alface + Tomate	Leite Suco de Laranja Frutas: Banana e Melancia	Suco de Abacaxi c/ Hortelã Fruta: Melancia Pizza de Frango	Arroz Feijão Preto Omelete de Cenoura Salada de Couve-Flor
15	Suco de laranja Frutas: Banana e Abacaxi	Arroz Feijão Nutritivo Kibe de Forno Salada de Cenoura	Leite Suco de laranja com manga Frutas: Banana e Mamão	Suco de laranja com manga Fruta: Mamão Pão francês integral com requeijão caseiro	Macarrão Molho a Bolonhesa Feijão Nutritivo Salada de Beterraba

OBSERVAÇÃO:

- BERÇÁRIO: bebês com menos de 1 ano recebem sopa no jantar (legumes variados + proteínas + arroz ou massa)
- Diariamente temos arroz e feijão na escola.
- O suco ofertado na escola é natural, feito na hora, sem açúcar, utilizamos frutas da estação que são mais saborosas e nutritivas.
- A água é ofertada em livre demanda e sempre trocada no decorrer do dia.
- Na saída, as crianças saem com as garrafinhas cheias, a pedido de alguns pais que, por muitas vezes, não vão direto para as suas residências.

Leticia Hauschild – CRN2 – 17182D
Nutricionista