

CARDÁPIO MENSAL

DEZEMBRO 2024

**NOVA**  
escola

NUTRICIONISTA: Roberta Quintiliano

CRN3 46801

ACIMA DE 12 MESES

	Segunda-feira Dia 2	Terça-feira Dia 3	Quarta-feira Dia 4	Quinta-feira Dia 5	Sexta-feira Dia 6
Lanche	Biscoito de arroz integral/ Mamadeira	Bolo de milho /Mamadeira	Cookie de banana/Mamadeira	Pão de abóbora/Mamadeira	Bolo de cenoura/Mamadeira
Fruta	Melancia	Melão	Mamão	Maçã	Banana
Almoço	Arroz integral/Feijão/Frango com creme de ervilha/Salada de acelga/Abacaxi	Arroz/Feijão/Omelete de forno com tomate/Salada de alface com pepino/Banana	Arroz integral/Feijão/Carne assada desfiada com pimentões/ Salada de agrião/Melancia	Arroz/Feijão/Macarrão ao sugo/ Frango assado/ com vagem/ Salada de alface/Melão	Arroz/Feijoadinha light/Farofa de legumes/ Salada de couve/ Laranja
Lanche	Bolo de milho/Chá/Suco de fruta	Cookie de banana/Suco de fruta	Pão de abóbora/Suco de fruta	Bolo de cenoura/Suco de fruta	Pão de batata/Suco de fruta
Pré-jantar	Sopa de arroz, inhame, espinafre, feijão branco e car- ne bovina	Sopa de macarrão, couve flor, abobrinha, feijão carioca e frango	Sopa de mandioca, brócolis, berinjela, feijão branco e frango	Sopa de chuchu, arroz integral, carne bovina, grão de bico e couve	Arroz com frango, cenoura e abobrinha

  

	Segunda-feira Dia 9	Terça-feira Dia 10	Quarta-feira Dia 11	Quinta-feira Dia 12	Sexta-feira Dia 13
Lanche	Biscoito de arroz integral / Mamadeira	Pão de abobrinha /Mamadeira	Bolo de cacau /Mamadeira	Biscoito de tapioca com mandioquinha /Mamadeira	Pão de beterraba /Mamadeira
Fruta	Melancia	Melão	Banana	Maçã	Abacaxi
Almoço	Arroz integral/Feijão/Frango desfiado/Salada de repolho colorido/Maçã	Arroz/Feijão/Carne de panela com batata/Salada de almeirão/ Abacaxi	Arroz integral/Feijão/Frango com creme e milho/Salada de couve/Melancia	Arroz/Feijão/Macarrão com brócolis/Moída ao sugo/Salada de rúcula com rabanete/Mamão	Arroz/Feijão/Ovos mexidos com cenoura/Salada de alface/ Banana
Lanche	Pão de abobrinha/Suco de fruta	Bolo de cacau/Chá/Suco de fruta	Biscoito de tapioca com mandioquinha	Pão de beterraba/Suco de fruta	Bolo de cenoura/ Suco de fruta
Pré-jantar	Sopa de arroz, chicória, carne bovina, espinafre e lentilha	Sopa de arroz integral, mandioca, feijão fradinho, brócolis e frango	Sopa de fubá, couve flor, mandioquinha, carne bovina e ervilha	Arroz com frango, batata doce, chuchu e abóbora	Sopa de arroz integral, batata, almeirão, feijão branco e frango

Todos os nossos produtos são feitos com ingredientes naturais, sem lactose, corantes, conservantes ou adição de açúcares. CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.