

CARDÁPIO MENSAL

JULHO 2024

NOVA  
escola

NUTRICIONISTA: Roberta Quintiliano

CRN3 46801

ACIMA DE 18 MESES

	Segunda-feira Dia 1	Terça-feira Dia 2	Quarta-feira Dia 3	Quinta-feira Dia 4	Sexta-feira Dia 5
Desjejum	Torrada integral	Pão caseiro de mandioca	Bolo de laranja	Cookie de maçã	Pão de abobrinha
Fruta	Abacaxi	Maçã	Melancia	Banana	Mamão
Almoço	Arroz integral/Feijão/Frango com legumes/Salada de almeirão/Melancia	Arroz/Feijão/Frango assado com cenoura/Salada de alface/Banana	Arroz/Feijão/Carne de panela desfiada/Salada de acelga e rabanete/Melão	Arroz/Feijão/Macarrão integral com molho caseiro/Frango desfiado/Salada de rúcula/Abacaxi	Arroz integral/Feijão/Carne moída com purê de mandioquinha/Salada de couve/Laranja
Lanche	Pão caseiro de mandioca/Suco de fruta	Bolo de laranja/Chá/Suco de fruta	Cookie de maçã/Suco de fruta	Pão de abobrinha/Suco de fruta	Bolo de coco/Suco de fruta
Pré-jantar	Sopa de cará, macarrão, couve, feijão fradinho e carne bovina	Sopa de arroz, espinafre, chuchu, carne bovina e feijão branco	Sopa de arroz integral, berinjela, couve flor, frango e feijão carioca	Sopa de inhame, fubá, rúcula, berinjela carne bovina e lentilha	Arroz com frango, cenoura e abóbora
	Segunda-feira Dia 8	Terça-feira Dia 9	Quarta-feira Dia 10	Quinta-feira Dia 11	Sexta-feira Dia 12
Desjejum	Torrada integral		Torrada integral	Cookie de banana	Bolo de milho
Fruta	Melancia		Banana/Vitamina de frutas	Abacaxi	Laranja
Almoço	Arroz integral/Feijão/Ovos mexidos com abobrinha/ Salada de repolho/Melão	FERIADO	Arroz integral/Feijão/Frango com creme de ervilha/ Salada de alface com pepino/Melancia	Arroz/Feijão/Macarrão integral com brócolis/Frango assado/ Salada de acelga/ Mamão	Arroz/Feijão/Carne moída com batata/ Salada de rúcula com tomate/Maçã
Lanche	Bolo de banana/Suco de fruta		Cookie de banana/Vitamina de frutas	Bolo de milho/Chá/Suco de fruta	Pão caseiro de batata/Suco de fruta
Pré-jantar	Sopa de mandioquinha, arroz, repolho, frango e ervilha		Sopa de cará, arroz integral, brócolis, carne bovina e feijão fradinho	Sopa de arroz, chuchu, carne bovina, almeirão e vagem	Arroz com frango, cenoura e abóbora

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

CARDÁPIO MENSAL

JULHO 2024

NOVA  
escola

NUTRICIONISTA: Roberta Quintiliano

CRN3 46801

ACIMA DE 18 MESES

	Segunda-feira Dia 15	Terça-feira Dia 16	Quarta-feira Dia 17	Quinta-feira Dia 18	Sexta-feira Dia 19
Desjejum	Torrada integral	Bolo de cacau	Pão caseiro de beterraba	Cookie de maçã	Bolo de mandioca
Fruta	Abacaxi	Mamão/Vitamina de frutas	Banana	Melancia	Maçã
Almoço	Arroz integral/Feijão/Frango com purê de batata/Salada de acelga/Melancia	Arroz/Feijão/Quibe de forno/Salada de alface com rabanete/Maçã	Arroz integral/Feijão/Carne desfiada com cenoura/Salada de repolho/Mamão	Arroz/Feijão/Macarrão integral com molho caseiro/ Iscas de frango com abobrinha/Salada de agrião/Melão	Arroz/Feijão/Feijoada light/Farofa de legumes/Salada de couve/Laranja
Lanche	Bolo de cacau/Chá/Suco de fruta	Pão caseiro de beterraba/Vitamina de frutas	Cookie de maçã/Suco de fruta	Bolo de mandioca/Suco de fruta	Pão caseiro de cenoura/Suco de fruta
Pré-jantar	Sopa de arroz, cará, espinafre, ervilha e carne bovina	Sopa de batata, macarrão, brócolis, frango e lentilha	Sopa de mandioca, arroz, couve flor, frango e feijão fradinho	Arroz com frango, cenoura e abóbora	Sopa de batata doce, arroz integral, agrião, frango e grão de bico

	Segunda-feira Dia 22	Terça-feira Dia 23	Quarta-feira Dia 24	Quinta-feira Dia 25	Sexta-feira Dia 26
Desjejum	Torrada integral	Bolo de coco com cacau	Biscoito de tapioca com mandioquinha	Pão caseiro de inhame	Cookie de maçã
Fruta	Maçã	Banana	Melão	Mamão	Melancia
Almoço	Arroz integral/Feijão/Carne moída com legumes/Salada de repolho colorido/Melancia	Arroz/Feijão/Carne desfiada com batata/Salada de alface/Laranja	Arroz integral/Feijão/Frango e purê de batata/ Salada de almeirão/Abacaxi	Arroz/ Feijão/Macarrão integral com couve flor/Carne de panela/ Salada de rúcula/Banana	Arroz integral/Feijão/ Frango assado com chuchu/ Salada de acelga/Melão
Lanche	Bolo de coco com cacau/Suco de fruta	Biscoito de tapioca com mandioquinha/Suco de fruta	Pão caseiro de inhame/Chá/Suco de fruta	Cookie de maçã/Suco de fruta	Pão caseiro de batata doce/ Suco de fruta
Pré-jantar	Sopa de arroz, cará, berinjela, ervilha e frango	Sopa de abobrinha, arroz, couve, frango e feijão carioca	Sopa de macarrão, chuchu, chicória, carne bovina e grão de bico	Arroz integral com frango, cenoura e abóbora	Sopa de arroz, brócolis, carne bovina e feijão branco

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

CARDÁPIO MENSAL

JULHO 2024

NOVA  
escola

NUTRICIONISTA: Roberta Quintiliano

CRN3 46801

ACIMA DE 18 MESES

Segunda-feira

Dia 29

Terça-feira

Dia 30

Quarta-feira

Dia 31

Desjejum

Torrada integral

Bolo de laranja

Pão caseiro de mandioca

Fruta

Abacaxi

Mamão

Banana

Almoço

Arroz/Feijão/Frango com creme de milho/Salada de almeirão com tomate/Melancia

Arroz/Feijão/Quibe de forno/Salada de alface com rabanete/Maçã

Arroz/Feijão/Feijoada light/Farofa de legumes/Salada de couve/Laranja

Lanche

Bolo de laranja/Chá/Suco de fruta

Pão caseiro de mandioca/Suco de fruta

Cookie de banana/Suco de fruta

Pré-jantar

Sopa de arroz, cará, berinjela, ervilha e carne bovina

Sopa de batata doce, macarrão, chicória, frango e lentilha

Sopa de mandioca, arroz, couve, frango e feijão fradinho

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