

1ª Semana	Segunda (05/11)	Terça (06/11)	Quarta (07/11)	Quinta (08/11)	Sexta (09/11)
<b>Almoço</b>	Arroz branco/integral Feijão carioca Brocolis Purê misto Carne moída ao molho	Arroz branco /integral Feijão preto Cenoura Penne ao molho ■ cremoso▲ Isclas de frango	Arroz branco /integral Feijão carioca Abobrinha Panqueca de frango Omelete	Arroz branco /integral Feijão preto Abóbora Mandioca cozida Peixe com legumes	Arroz branco/integral Feijão carioca Duo de legumes Torta salgada■ Bife
<b>Saladas</b>	Alface e beterraba	Verdes e pepino	Mix de folhas e tomate	Alface e milho	Mista e tomate
<b>Lanche</b>	Sanduche frango ■	Bolo de limão ■▲	Salgado assado■	Biscoito■	Lanche da criança
<b>Jantar</b>	Sopa de legumes com macarrão■	Canja	Sopa de feijão com couve■	Sopa de arroz com mandioca e carne	Sopa de abobrinha com frango e macarrão ■
2ª Semana	Segunda (12/11)	Terça (13/11)	Quarta (14/11)	Quinta (15/11)	Sexta (16/11)
<b>Almoço</b>	Arroz branco/integral Feijão preto Couve Farofa de cenoura e milho Barreado	Arroz branco/integral Feijão carioca Legumes sauté Batata dourada Estrogonofe de carne▲	Arroz branco/integral Feijão preto Vagem Lasanha de frios■▲ Filé de frango grelhado	FERIADO	RECESSO
<b>Saladas</b>	Verdes e tomate	Alface e ovo picado	Mista e beterraba		
<b>Lanche</b>	Pão com manteiga ■	Bolo de chocolate■	Salgado assado■		
<b>Jantar</b>	Canja com batata salsa	Sopa de legumes com carne	Sopa de macarrão com frango■		
3ª Semana	Segunda (19/11)	Terça (20/11)	Quarta (21/11)	Quinta (22/11)	Sexta (23/11)
<b>Almoço</b>	Arroz branco/integral Feijão carioca Chuchu Espaguete a olive■ Bife a rolê ao molho	Arroz branco/integral Feijão preto Cenoura Polenta cremosa Frango ensopado	Arroz branco/integral Feijão carioca Mix de legumes Risoto de queijo▲ Isclas de peixe	Arroz branco/integral Feijão preto Abobrinha Nhoque ao sugo■ Coxa e sobrecoxa assadas	Arroz branco/integral Feijão carioca Milho e ervilha Bolinho de legumes ■ Carne moída com batata
<b>Saladas</b>	Mix de folhas e beterraba	Alface e batata	Verdes e tomate	Pepino e cenoura	Alface e chuchu
<b>Lanche</b>	Pão de cenoura com requeijão▲■	Bolo de limão▲■	Salgado assado■	Biscoito■	Lanche da criança
<b>Jantar</b>	Sopa de abóbora, arroz e carne	Sopa de feijão com macarrão■	Canja com chuchu	Sopa de legumes com macarrão■	Sopa de fubá, legumes e carne
4ª Semana	Segunda (26/11)	Terça (27/11)	Quarta (28/11)	Quinta (29/11)	Sexta (30/11)
<b>Almoço</b>	Arroz branco/integral Feijão preto Berinjela a parmegiana▲ Batata doce caramelada Moída selecionada	Arroz branco/integral Feijão carioca Legumes quentes Ravioli de carne■ Ovos mexidos com espinafre	Arroz branco/integral Feijão preto Couve Farofa de banana Carne assada ao molho roti	Arroz branco/integral Feijão carioca Cenoura com ervilha Batata gratinada▲ Cubos de frango ao molho de laranja	Arroz branco/integral Feijão preto Abóbora Fettuccine ao sugo■ Carne de panela
<b>Saladas</b>	Mista e tomate	Alface e cenoura	Mista e beterraba	Alface e tomate	Mix de folhas e Ovo picado
<b>Lanche</b>	Pão com patê ▲■	Bolo marmore■▲	Salgado assado■	Biscoito■	Lanche da criança
<b>Jantar</b>	Sopa minestra	Sopa de raízes com frango	Sopa de letrinhas com carne■	Canja	Sopa de legumes com macarrão e carne■

\*O cardápio pode sofrer alterações, de acordo com a disponibilidade no mercado

\*A Refeição acompanha suco.

Nicolle Susan Mercer Baroni

Nutricionista CRN8 7415

■ Alimentos que contém glúten

▲ Alimentos que contém lactose

## CARDÁPIO NOVEMBRO - Espaço do Saber Berçário

1ª Semana	Segunda (05/11)	Terça (06/11)	Quarta (07/11)	Quinta (08/11)	Sexta (09/11)
<b>Almoço e Jantar</b>	Papa de batata, abóbora, espinafre e carne desfiada	Papa de mandioca, cenoura, couve e frango	Papa de cará, beterraba, chuchu e carne moída	Papa de batata doce, abobrinha, couve e carne desfiada	Papa de fubá, cenoura, escarola e frango
2ª Semana	Segunda (12/11)	Terça (13/11)	Quarta (14/11)	Quinta (15/11)	Sexta (16/11)
<b>Almoço e Jantar</b>	Papa de Batata, vagem, beterraba e frango	Papa de batata salsa, cenoura, espinafre e carne moída	Papa de inhame, abóbora, repolho e frango	Feriado	Recesso
3ª Semana	Segunda (19/11)	Terça (20/11)	Quarta (21/11)	Quinta (22/11)	Sexta (23/11)
<b>Almoço e Jantar</b>	Papa de batata, couve-flor, espinafre e carne moída	Papa de cará, couve, abóbora e frango	Papa de mandioca, chuchu, cenoura e carne desfiada	Papa de fubá, brócolis, beterraba e frango	Papa de batata salsa, abobrinha, couve e carne
4ª Semana	Segunda (26/11)	Terça (27/11)	Quarta (28/11)	Quinta (29/11)	Sexta (30/11)
<b>Almoço e Jantar</b>	Papa de batata, cenoura, couve e frango	Papa de inhame, cenoura, espinafre e frango	Papa de fubá, vagem, chuchu e carne moída	Papa de batata doce, abobrinha, escarola e frango	Papa de batata, chuchu, beterraba e carne desfiada

\*O cardápio pode sofrer alterações, de acordo com a disponibilidade no mercado

Nicolle Susan Mercer Baroni  
Nutricionista CRN8 7415