

CARDÁPIO GERAL

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª 9:00	Leite c/ chocolate meio amargo Pão francês com manteiga Mamão e manga 	Suco de maracujá Bolo de iogurte funcional Abacaxi 	Suco de limão Pão de queijo falso de batata doce Banana 	Leite com café Tapioca nutritiva de cenoura c/ chia Goiaba 	Suco de acerola Queijo quente Pera 
2ª 12:00	Arroz c/ vagem Feijão carioca Escondidinho de carne moída Alface roxa, cenoura ralada e tomate cereja	Arroz c/ açafrão Feijão preto Frango à jardineira Alface e tomate picadinho	Arroz do Popeye Feijão carioca Músculo cozido c/ mandioca Repolho cozido	Arroz integral Feijão preto Coxa e sobrecosta de frango assada Brócolis refogado Farofa nutritiva de beterraba	Arroz branco Feijão carioca Filé de peixe cozido Pirão de peixe Seleta de legumes (chuchu, batata e cenoura)
Sobremesa	 (melão)	 (mexerica)	 (uva sem caroço)	 (melancia)	 (maçã)

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

CARDÁPIO **GUILHERME (Sem glúten, sem leite e derivados)**

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª 9:00	Suco de polpa de fruta Biscoito de polvilho Mamão e manga 	Suco de maracujá Cuscuz Abacaxi 	Suco de limão Pão de queijo falso de batata doce Banana 	Suco de polpa de fruta Tapioca nutritiva de cenoura c/ chia Goiaba 	Suco de acerola Biscoito doce sem glúten sem lactose Pera 
2ª 12:00	Arroz c/ vagem Feijão carioca Escondidinho de carne moída Alface roxa, cenoura ralada e tomate cereja	Arroz c/ açafrão Feijão preto Frango à jardineira Alface e tomate picadinho	Arroz do Popeye Feijão carioca Músculo cozido c/ mandioca Repolho cozido	Arroz integral Feijão preto Coxa e sobrecoxa de frango assada Brócolis refogado Farofa nutritiva de beterraba	Arroz branco Feijão carioca Filé de peixe cozido Pirão de peixe Seleta de legumes (chuchu, batata e cenoura)
Sobremesa	 (melão)	 (mexerica)	 (uva sem caroço)	 (melancia)	 (maçã)

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

CARDÁPIO VALENTIM (sem mamão, sem ovo puro)

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª 9:00	Leite c/ chocolate meio amargo Pão francês com manteiga Manga 	Suco de maracujá Bolo de iogurte funcional Abacaxi 	Suco de limão Pão de queijo falso de batata doce Banana 	Leite com café Tapioca nutritiva de cenoura c/ chia Goiaba 	Suco de acerola Queijo quente Pera 
2ª 12:00	Arroz c/ vagem Feijão carioca Escondidinho de carne moída Alface roxa, cenoura ralada e tomate cereja	Arroz c/ açafão Feijão preto Frango à jardineira Alface e tomate picadinho	Arroz do Popeye Feijão carioca Músculo cozido c/ mandioca Repolho cozido	Arroz integral Feijão preto Coxa e sobrecoxa de frango assada Brócolis refogado Farofa nutritiva de beterraba	Arroz branco Feijão carioca Filé de peixe cozido Pirão de peixe Seleta de legumes (chuchu, batata e cenoura)
Sobremesa	 (melão)	 (mexerica)	 (uva sem caroço)	 (melancia)	 (maçã)

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

CARDÁPIO LUCAS HENRIQUE (sem leite puro)

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª 9:00	Suco de goiaba Pão francês com manteiga Mamão e manga 	Suco de manga Bolo de iogurte funcional Maçã 	Suco de goiaba Pão de queijo falso de batata doce Banana 	Leite com café Tapioca nutritiva de cenoura c/ chia Goiaba 	Suco de manga Queijo quente Pera 
2ª 12:00	Arroz c/ vagem Feijão carioca Escondidinho de carne moída Alface roxa, cenoura ralada	Arroz c/ açafrão Feijão preto Frango à jardineira Alface picadinho	Arroz do Popeye Feijão carioca Músculo cozido c/ mandioca	Arroz integral Feijão preto Coxa e sobrecoxa de frango assada Brócolis refogado Farofa nutritiva de beterraba	Arroz branco Feijão carioca Filé de peixe cozido Pirão de peixe Seleta de legumes (chuchu, batata e cenoura)
Sobremesa	 (melão)	 (goiaba)	 (pera)	 (melancia)	 (maçã)

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

CARDÁPIO MIGUEL (sem glúten, sem ovo puro)

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª 9:00	Leite c/ chocolate meio amargo Biscoito de polvilho Mamão e manga 	Suco de maracujá Cuscuz Abacaxi 	Suco de limão Pão de queijo falso de batata doce Banana 	Leite com café Tapioca nutritiva de cenoura c/ chia Goiaba 	Suco de acerola Biscoito de arroz Pera 
2ª 12:00	Arroz c/ vagem Feijão carioca Escondidinho de carne moída Alface roxa, cenoura ralada e tomate cereja	Arroz c/ açafrão Feijão preto Frango à jardineira Alface e tomate picadinho	Arroz do Popeye Feijão carioca Músculo cozido c/ mandioca Repolho cozido	Arroz integral Feijão preto Coxa e sobrecosta de frango assada Brócolis refogado Farofa nutritiva de beterraba	Arroz branco Feijão carioca Filé de peixe cozido Pirão de peixe Seleta de legumes (chuchu, batata e cenoura)
Sobremesa	 (melão)	 (mexerica)	 (uva sem caroço)	 (melancia)	 (maçã)

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