

CARDÁPIO GERAL

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª 9:00	Suco de maracujá c/ couve Mini pão de sal c/ queijo Kiwi 	Suco de polpa de caju Tapioca homem de ferro (c/ cenoura e chia) Manga 	Chá de hortelã Biscoito salgado c/ requeijão Melão 	Leite quente com chocolate 50% Cuscuz Banana 	Suco de melancia c/ gengibre Panquequinha de banana com cacau Uva s/ caroço 
2ª 12:00	Arroz c/ vagem Feijão carioca Carne moída c/ abóbora Alface e tomate picadinhos	Arroz c/ brócolis Feijão preto Coxa e sobrecoxa ao molho com milho Quiabo refogado Purê de batata doce	Arroz branco Farofa de feijão Chester assado Salada de legumes cozido	Arroz branco Feijão preto Escondidinho de carne Abobrinha cozida Salada tropical (folhas, tomate, cenoura, manga)	Arroz c/ cenoura Feijoadinha Farofa nutritiva de couve Vinagrete
Sobremesa	 (goiaba)	 (maçã)	 (abacaxi)	 (melancia)	 (laranja)

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

**OBSERVAÇÕES:**

**Lis: A fruta será oferecida as 11hs e o leite integral será substituído pelo leite zero lactose.**

**Júlia: Substituir leite por suco de fruta.**

**Francisco: substituir o peixe por carne, frango ou ovo mexido.**

**Beatriz: Substituir leite comum por leite zero lactose, requeijão e queijo por manteiga, peixe por ovo mexido.**

CARDÁPIO LUCAS

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª 9:00	Suco de maracujá c/ couve Pão de sal c/ queijo Kiwi 	Suco de polpa de caju Tapioca homem de ferro (c/ cenoura e chia) Manga 	Chá de hortelã Biscoito integral c/ requeijão Melão 	Leite quente com chocolate 50% Cuscuz Banana 	Suco de melancia c/ gengibre Panquequinha de banana com cacau Uva s/ caroço 
2ª 12:00	Arroz c/ vagem Feijão carioca Carne moída c/ abóbora Alface e tomate picadinhos	Arroz c/ brócolis Feijão preto Coxa e sobrecoxa ao molho com milho Quiabo refogado Purê de batata doce	Arroz integral Farofa de feijão Chester assado Salada de legumes cozido	Arroz integral Feijão preto Escondidinho de carne Abobrinha cozida Salada tropical (folhas, tomate, cenoura, manga)	Arroz c/ cenoura Feijoadinha Farofa nutritiva de couve Vinagrete
Sobremesa	 (goiaba)	 (maçã)	 (abacaxi)	 (melancia)	 (laranja)

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

**OBSERVAÇÃO:** Os sucos de frutas e vitaminas serão oferecidos com adoçante.  
O aluno poderá repetir uma vez as carnes brancas, já a carne vermelha não haverá repetição.