

# CARDÁPIO - JULHO/2022



Instituto de Integração  
Social de Barueri



PREFEITURA DE  
**COTIA**

# 0 a 5 meses e 29 dias

Dia da Semana / Horário	DESJEJUM	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	* CEIA
	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
	07:30	09:00	10:30	13:30	15:30	17:30
<b>Segunda</b>	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
<b>Terça</b>	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
<b>Quarta</b>	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
<b>Quinta</b>	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
<b>Sexta</b>	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1


**\* para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.**

**Fórmula infantil:**

**Oferecer 140 ml. Usar bico ortodôntico nº 1.**

**Água:**

**Ofertar entre as refeições.**



**Nubia Alves Silva**  
Nutricionista  
CRN 36077

# 6 meses - 1ª Semana

Dia da Semana / Horário	DESJEJUM	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	* CEIA
	Fórmula Infantil	Papinha de Fruta	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
	07:30	09:00	10:30	13:30	15:30	17:30
<b>Segunda</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Terça</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quarta</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quinta</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Sexta</b>	Fórmula Infantil 2	Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2

\* para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.



Nubia Alves Silva  
Nutricionista  
CRN 36077

**Fórmula infantil:**

**Oferecer 175 ml. Usar o bico ortodôntico nº 2.**

**Água:**

**Água: ofertar entre as refeições.**


**Papinha de fruta:**

**Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar.**

# 6 meses - 2ª Semana

Dia da Semana / Horário	DESJEJUM	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	* CEIA
	Fórmula Infantil	Papinha de Fruta	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
	07:30	09:00	10:30	13:30	15:30	17:30
<b>Segunda</b>	Fórmula Infantil 2	Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Terça</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Fórmula Infantil 3	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quarta</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Fórmula Infantil 4	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quinta</b>	Fórmula Infantil 2	Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 5	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Sexta</b>	Fórmula Infantil 2	Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 6	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2

\* para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.



Nubia Alves Silva  
Nutricionista  
CRN 36077

**Fórmula infantil:**

**Oferecer 175 ml. Usar o bico ortodôntico nº 2.**

**Papinha de fruta:**

**Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar.**


**Água:**

**Água: ofertar entre as refeições.**

# 6 meses - 3ª Semana

Dia da Semana / Horário	DESJEJUM	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	* CEIA
	Fórmula Infantil	Papinha de Fruta	Papinha salgada	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
	07:30	09:00	10:30	13:30	15:30	17:30
<b>Segunda</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Banana	Abóbora Paulista e chuchu	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Terça</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Melão	Abóbora Paulista e chuchu	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quarta</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Abacate	Cenoura e Batata	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quinta</b>	Fórmula Infantil 2	Maçã Raspadinha	Cenoura e Batata	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Sexta</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Mandioquinha e Abobrinha	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2

**\* para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.**



Nubia Alves Silva  
Nutricionista  
CRN 36077

**Fórmula infantil:**

Oferecer 175 ml. Usar o bico ortodôntico nº 2.

**Água:**

Água: ofertar entre as refeições.

**Papinha de fruta:**

Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar.

**Papinha salgada (Almoço e jantar)**

Oferecer 1 concha pequena (100 gramas).

Alimentos bem cozidos. Carnes bem desfiadas e picadas Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir.

Consistência na forma de purê amolecido. Passar na peneira grossa.

# 6 meses - 4ª Semana

Dia da Semana / Horário	DESJEJUM	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	* CEIA
	Fórmula Infantil	Papinha de Fruta	Papinha salgada	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
	07:30	09:00	10:30	13:30	15:30	17:30
<b>Segunda</b>	Fórmula Infantil 2	Pêra raspadinha	Feijão, batata, cenoura e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Terça</b>	Fórmula Infantil 2	Maçã raspadinha	Ervilha, cenoura, batata chuchu e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quarta</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Melão	Grão de Bico, abóbora, inhame, e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quinta</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Banana	Batata, feijão, chuchu e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Sexta</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Lentilha, abóbora, couve flor, cenoura e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>* para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.</b>						
<b>Fórmula infantil:</b>	Oferecer 175 ml. Usar o bico ortodôntico nº 2.					 Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 36077
<b>Água:</b>	Água: ofertar entre as refeições.					
<b>Papinha de fruta:</b>	Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar.					
<b>Papinha salgada (Almoço e jantar)</b>	Oferecer 1 concha pequena (100 gramas).					
	Alimentos bem cozidos. Carnes bem desfiadas e picadas Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir.					
	Consistência na forma de purê amolecido. Passar na peneira grossa.					

# 7 a 12 meses - 1º Quinzena

Dia / Horário	DESJEJUM	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	*CEIA
	Fórmula Infantil	Papinha de fruta	Papinha salgada e de fruta	Fórmula Infantil	Papinha salgada e de fruta	Fórmula Infantil
	07:30	09:00	10:30	13:30	15:30	17:30
<b>sexta-feira, 1 de julho de 2022</b>	Fórmula Infantil 2	Maçã Raspadinha	Mandioquinha / Feijão / Abobrinha / Cenoura / Repolho / Carne / Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Ervilha / Abóbora Paulista / Chuchu / Couve / Frango / Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2
<b>sábado, 2 de julho de 2022</b>	<b>SÁBADO</b>					
<b>domingo, 3 de julho de 2022</b>	<b>DOMINGO</b>					
<b>segunda-feira, 4 de julho de 2022</b>	Fórmula Infantil 2	Maçã Raspadinha	Feijão / Inhame / Abóbora Paulista / Chuchu / Carne / Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Macarrão / Lentilha / Cenoura / Batata / Couve / Ovo / Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
<b>terça-feira, 5 de julho de 2022</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Banana	Arroz / Batata / Beterraba / Couve / Frango / Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Ervilha / Inhame / Cenoura / Abobrinha / Brócolis / Carne / Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2
<b>quarta-feira, 6 de julho de 2022</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Melão	Fubá / Abobrinha / Cenoura / Couve / Carne Moída / Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2	Grão de Bico / Abóbora / Chuchu / Couve-Flor / Frango / Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2
<b>quinta-feira, 7 de julho de 2022</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Abacate	Macarrão / Batata / Chuchu / Cenoura / Frango / Papinha de Melancia	Fórmula Infantil 2	Feijão / Mandioquinha / Couve-Flor / Abóbora / Carne / Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
<b>sexta-feira, 8 de julho de 2022</b>	Fórmula Infantil 2	Pêra Raspadinha	Arroz / Feijão / Abóbora / Inhame / Couve-Flor / Carne / Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Fubá / Cenoura / Tomate / Abobrinha / Couve / Frango / Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2
<b>sábado, 9 de julho de 2022</b>	<b>SÁBADO</b>					
<b>domingo, 10 de julho de 2022</b>	<b>DOMINGO</b>					
<b>segunda-feira, 11 de julho de 2022</b>	Fórmula Infantil 2	Maçã Raspadinha	Mandioquinha / Feijão / Abobrinha / Cenoura / Repolho / Carne / Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Ervilha / Abóbora Paulista / Chuchu / Couve / Frango / Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2
<b>terça-feira, 12 de julho de 2022</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Macarrão / Batata / Abobrinha / Cenoura / Carne / Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2	Arroz / Mandioquinha / Cenoura / Espinafre / Frango / Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2
<b>quarta-feira, 13 de julho de 2022</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Banana	Grão de bico / Cenoura / Batata doce / Chuchu / Espinafre / Frango / Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Feijão / Abóbora / Chuchu / Inhame / Acelga / Ovo / Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
<b>quinta-feira, 14 de julho de 2022</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Mamão	Inhame / Feijão branco / Cenoura / Acelga / Frango / Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Lentilha / Batata / Beterraba / Couve-Flor / Carne / Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2
<b>sexta-feira, 15 de julho de 2022</b>	Fórmula Infantil 2	Pêra Raspadinha	Arroz / Feijão / Abóbora / Inhame / Carne / Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Lentilha / Cenoura / Batata / Brócolis / Frango / Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2

# 7 a 12 meses - 2º Quinzena

Dia / Horário	DESJEJUM	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	*CEIA
	Fórmula Infantil	Papinha de fruta	Papinha salgada e de fruta	Fórmula Infantil	Papinha salgada e de fruta	Fórmula Infantil
	07:30	09:00	10:30	13:30	15:30	17:30
sábado, 16 de julho de 2022	SÁBADO					
domingo, 17 de julho de 2022	DOMINGO					
segunda-feira, 18 de julho de 2022	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Arroz / Beterraba / Batata / Inhame / Couve / Frango / Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Feijão / Cenoura / Batata / Abobrinha / Brócolis / Carne / Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2
terça-feira, 19 de julho de 2022	Fórmula Infantil 2	Papinha de Banana	Fubá / Abobrinha / Cenoura / Brócolis / Carne / Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2	Ervilha / Abóbora Paulista / chuchu / Couve-Flor / Frango / Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2
quarta-feira, 20 de julho de 2022	Fórmula Infantil 2	Papinha de Abacate	Macarrão / Batata / Chuchu / Cenoura / Couve-Flor / Frango / Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Feijão branco / Mandioquinha / Beterraba / Agrião Carne / Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
quinta-feira, 21 de julho de 2022	Fórmula Infantil 2	Maçã Raspadinha	Arroz / Feijão / Abóbora / Mandioquinha / Agrião / Carne / Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Fubá / Tomate / Inhame / Abóbora / Couve / Frango / Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2
sexta-feira, 22 de julho de 2022	Fórmula Infantil 2	Papinha de Melão	Macarrão / Ervilha / Chuchu / Cenoura / Couve / Frango / Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Batata / Feijão / Chuchu / Abobrinha / Brócolis / Carne / Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
sábado, 23 de julho de 2022	SÁBADO					
domingo, 24 de julho de 2022	DOMINGO					
segunda-feira, 25 de julho de 2022	Fórmula Infantil 2	Papinha de Melão	Macarrão / Inhame / Abóbora Paulista / Chuchu Carne / Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Arroz / Lentilha / Abobrinha / Batata / Couve-Flor Frango / Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2
terça-feira, 26 de julho de 2022	Fórmula Infantil 2	Papinha de Banana	Grão de bico / Batata / Beterraba / Couve-Flor Frango / Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2	Inhame / Feijão / Cenoura / Chuchu / Repolho / Frango / Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2
quarta-feira, 27 de julho de 2022	Fórmula Infantil 2	Pêra Raspadinha	Arroz / Lentilha / Abóbora / Mandioquinha / Repolho / Frango / Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Macarrão / Abobrinha / Batata doce / Inhame / Espinafre / Carne / Papinha de Melancia	Fórmula Infantil 2
quinta-feira, 28 de julho de 2022	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Feijão / Batata / Cenoura / Chuchu / Espinafre Carne / Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Arroz / Tomate / Cenoura / Mandioquinha / Couve / Ovo / Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2
sexta-feira, 29 de julho de 2022	Fórmula Infantil 2	Papinha de Banana	Grão de bico / Cenoura / Batata doce / Chuchu / Espinafre / Frango / Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Feijão / Abóbora / Chuchu / Inhame / Acelga / Ovo Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
sábado, 30 de julho de 2022	SÁBADO					
domingo, 31 de julho de 2022	DOMINGO					

\* para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.

Fórmula infantil:	Ofertar 175 ml. A partir do 8 meses servir no copo de transição.
Água:	Água: ofertar entre as refeições.
Papinha de fruta:	Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar.
Papinha salgada (Almoço e jantar)	Oferecer 2 concha pequena (200 gramas). Alimentos bem cozidos.
	Alimentos bem cozidos. Carnes bem desfiadas e picadas. Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir.
	Consistência: evoluir gradativamente (de amassado para pedaços pequenos).
	Ovo inteiro (bem cozido)

  
**Nubia Alves Silva**  
 Nutricionista  
 CRN 38077




# Maternal - 1º e 2º Fases

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30	*Ceia 17h30
sexta-feira, 1 de julho de 2022	Leite Puro / Pão com margarina	Arroz / Feijão / Iscas de Carne / Abobrinha Refogada / Melancia	Salada de Frutas	Sopa de macarrão Legumes / Frango / Manga	Chá / Biscoito Polvilho
sábado, 2 de julho de 2022					
domingo, 3 de julho de 2022					
segunda-feira, 4 de julho de 2022	Leite Puro / Biscoito Cream Cracker	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Repolho com Tomate/Laranja	Leite Puro/ mini pão francês com requeijão	Canja/Melancia	Chá com Biscoito Maisena
terça-feira, 5 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com margarina	Arroz / Feijão / Frango Refogado / Couve Refogada / Melancia	Chá / Pão de queijo	Sopa de Macarrão / Legumes / Carne / Melão	Vitamina de Fruta / Biscoito Cream Cracker
quarta-feira, 6 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com margarina	Arroz / Feijão / Carne desfiada / Abóbora Refogada / Maçã	Chá / Torta de Frango	Sopa de Ervilha / Cenoura / Batata / Frango / Laranja	Leite com Sucrilhos
quinta-feira, 7 de julho de 2022	Leite puro / Pão com requeijão	Arroz / Feijão / Omelete com Espinafre / Beterraba Cozida / Banana	Banana com Aveia	Sopa de fubá / Couve / Carne moída / Manga	Chá / Pão de Queijo
sexta-feira, 8 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com margarina	Arroz / Feijão / Carne Moída / Escarola Refogada / Abacaxi	Leite Puro / Biscoito Integral	Sopa de Lentilha / Legumes / Frango / Mamão	Vitamina de Frutas / Biscoito Integral
sábado, 9 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 10 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 11 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com requeijão	Arroz / Feijão / Carne de Panela / Salada de Pepino / Melancia	Leite / Biscoito Cream Cracker	Sopa de Feijão branco / Legumes / Frango / Laranja	Chá / Biscoito de Polvilho
terça-feira, 12 de julho de 2022	Leite Puro / Pão com requeijão	Arroz / Feijão / Omelete com Espinafre / Abóbora Refogada / Mamão	Chá / Torta de Carne	Sopa de macarrão / Carne / Legumes / Melão	Banana com Aveia
quarta-feira, 13 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com margarina	Arroz / Feijão / Frango refogado / Couve Refogada / Laranja	Chá / Biscoito de Polvilho	Sopa de ervilha / Legumes / Carne / Maçã	Leite Puro / Biscoito Integral
quinta-feira, 14 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com requeijão	Arroz / Feijão / Carne Panela / Salada de alface com tomate / Banana	Leite Puro / Biscoito Cream Cracker	Canja / Melancia	Chá / Pão de Queijo
sexta-feira, 15 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com margarina	Arroz / Feijão / Frango refogado / Beterraba Cozida / Mamão	Chá / Torta de Frango	Sopa de fubá / Couve / Carne moída / Manga	Vitamina de Frutas / Biscoito Integral
sábado, 16 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 17 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 18 de julho de 2022	Leite / Mini pão francês com Requeijão	Arroz / Feijão / Iscas de Carne / Chuchu Refogado / Melão	Leite / Biscoito Cream Cracker	Sopa de ervilha / Cenoura / Batata / Frango / Manga	Chá / Pão de queijo
terça-feira, 19 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com margarina	Arroz / Feijão / Frango em cubos / Abobrinha Refogada / Banana	Banana com Aveia	Sopa de Grão de Bico / Chuchu / Abóbora / Carne / Maçã	Chá / Torta de Carne
quarta-feira, 20 de julho de 2022	Leite Puro / Pão com margarina	Arroz / Feijão / Carne Moída / Escarola Refogada / Manga	Chá / Pão de queijo	Sopa de Macarrão / Legumes / Frango / Mamão	Leite Puro / Biscoito Cream Cracker
quinta-feira, 21 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com requeijão	Arroz / Feijão / Carne de Panela / Salada de Alface com Tomate / Laranja	Chá / Torta de Frango	Creme de Abóbora / Frango / Melancia	Chá / Biscoito Polvilho
sexta-feira, 22 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com margarina	Arroz / Feijão / Frango / Couve Refogada / Maçã	Banana com Aveia	Sopa de feijão branco / Legumes / Carne / Melão	Leite Puro / Biscoito Cream Cracker
sábado, 23 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 24 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 25 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão com margarina	Arroz / Feijão / Omelete de forno com Espinafre / Salada de Pepino / Abacaxi	Chá / Torta de Frango	Sopa de Macarrão / Legumes / Frango / Manga	Vitamina de Fruta / Biscoito Cream Cracker
terça-feira, 26 de julho de 2022	Chá / Mini pão com requeijão	Arroz / Feijão / Iscas de Frango / Beterraba Cozida / Laranja	Salada de Frutas com Aveia	Sopa de Lentilha / Batata / Cenoura / Macarrão / Carne / Melancia	Chá / Torta de Carne
quarta-feira, 27 de julho de 2022	Leite Puro / Biscoito Cream Cracker	Arroz / Feijão / Iscas de carne / Salada de Repolho / Mamão	Chá / Mini pão francês com margarina	Sopa de Ervilha / Legumes / Frango / Melão	Leite Puro / Biscoito Integral
quinta-feira, 28 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com requeijão	Arroz / Feijão / Frango refogado / Brócolis Refogado / Melancia	Chá / Biscoito Povilho	Sopa de feijão / Macarrão / Legumes / Carne / Laranja	Vitamina de Frutas / Biscoito Integral
sexta-feira, 29 de julho de 2022	Leite Puro / Biscoito Cream Cracker	Arroz / Feijão / Carne Panela / Abóbora Refogada / Maçã	Leite Puro / Pão com margarina	Canja / Manga	Chá / Pão de Queijo
sábado, 30 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 31 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				

\* para alunos da 1ª e 2ª fase servir leite puro (sem achocolatado e sem açúcar);

\*Ceia para alunos que permanecem até as 19h.

**NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO**



Nubia Alves Silva  
Nutricionista  
CRN 36077

# Maternal - 3º Fase

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30	*Ceia 17h30
sexta-feira, 1 de julho de 2022	Leite Puro / Pão com margarina	Arroz / Feijão / Iscas de Carne / Abobrinha Refogada / Melancia	Salada de Frutas	Sopa de macarrão / Legumes / Frango / Manga	Chá / Biscoito Polvilho
sábado, 2 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 3 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 4 de julho de 2022	Leite Puro / Biscoito Cream Cracker	Arroz / Feijão / Carne Moída / Repolho com Tomate / Laranja	Leite Puro / Mini pão francês com requeijão	Canja / Melancia	Chá / Biscoito Maisena
terça-feira, 5 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com margarina	Arroz / Feijão / Frango Refogado / Couve Refogada / Melancia	Chá / Pão de queijo	Sopa de Macarrão / Legumes / Carne / Melão	Vitamina de Fruta / Biscoito Cream Cracker
quarta-feira, 6 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com margarina	Arroz / Feijão / Carne desfiada / Abóbora Refogada / Maçã	Chá / Torta de Frango	Sopa de Ervilha / Cenoura / Batata / Frango / Laranja	Leite com Sucrilhos
quinta-feira, 7 de julho de 2022	Leite Puro / Pão com requeijão	Arroz / Feijão / Omelete com Espinafre / Beterraba Cozida / Banana	Banana com Aveia	Sopa de fubá / Couve / Carne moída / Manga	Chá / Pão de Queijo
sexta-feira, 8 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com margarina	Arroz / Feijão / Carne Moída / Escarola Refogada / Abacaxi	Canjica	Sopa de Lentilha / Legumes / Frango / Mamão	Vitamina de Frutas / Biscoito Integral
sábado, 9 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 10 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 11 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com requeijão	Arroz / Feijão / Carne Panela / Salada de Pepino / Melancia	Leite com Biscoito Maisena	Sopa de Feijão branco / Legumes / Frango / Laranja	Chá / Biscoito Polvilho
terça-feira, 12 de julho de 2022	Leite Puro / Pão com requeijão	Arroz / Feijão / Omelete com Espinafre / Abóbora Refogada / Mamão	Chá / Torta de Carne	Sopa de macarrão / Carne / Legumes / Melão	Banana com Aveia
quarta-feira, 13 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com margarina	Arroz / Feijão / Frango refogado / Couve Refogada / Laranja	Chá / Bolo de Cenoura	Sopa de ervilha / Legumes / Carne / Maçã	Leite Puro / Biscoito Integral
quinta-feira, 14 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com requeijão	Arroz / Feijão / Carne Panela / Salada de alface com Tomate / Banana	Leite Puro / Biscoito Cream Cracker	Canja / Melancia	Chá / Pão de Queijo
sexta-feira, 15 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com margarina	Arroz / Feijão / Frango refogado / Beterraba Cozida / Mamão	Chá / Torta de Frango	Sopa de fubá / Couve / Carne moída / Manga	Vitamina de Frutas / Biscoito Integral
sábado, 16 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 17 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 18 de julho de 2022	Leite / Mini pão francês com Requeijão	Arroz / Feijão / Iscas de Carne / Chuchu Refogado / Melão	Leite / Rosquinha de Chocolate	Sopa de ervilha / Cenoura / Batata / Frango / Manga	Chá / Pão de queijo
terça-feira, 19 de julho de 2022	Leite Pur / Mini pão frances com margarina	Arroz / Feijão / Frango em cubos / Abobrinha Refogada / Banana	Banana com Aveia	Sopa de Grão de Bico / Chuchu / Abóbora / Carne / Maçã	Chá / Torta de Carne
quarta-feira, 20 de julho de 2022	Leite Puro / Pão com margarina	Arroz / Feijão / Carne Moída / Escarola Refogada / Manga	Chá / Pão de queijo	Sopa de Macarrão / Legumes / Frango / Mamão	Leite Puro / Biscoito Cream Cracker
quinta-feira, 21 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão frances com requeijão	Arroz / Feijão / Carne de Panela / Salada de Alface com Tomate / Laranja	Chá / Bolo de Laranja	Creme de Abóbora / Frango / Melancia	Chá / Biscoito Polvilho
sexta-feira, 22 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão francês com margarina	Arroz / Feijão / Frango / Couve Refogada / Maçã	Banana com Aveia	Sopa de feijão branco / Legumes / Carne / Melão	Leite Puro / Biscoito Cream Cracker
sábado, 23 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 24 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 25 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão com margarina	Arroz / Feijão / Omelete de forno com Espinafre / Salada de Pepino / Abacaxi	Leite com Sucrilhos	Sopa de Macarrão / Legumes / Frango / Manga	Vitamina de Fruta / Biscoito Cream Cracker
terça-feira, 26 de julho de 2022	Chá / Mini pão com requeijão	Arroz / Feijão / Iscas de Frango / Beterraba Cozida / Laranja	Salada de Frutas com Aveia	Sopa de Lentilha / Batata / Cenoura / Macarrão / Carne / Melancia	Chá / Torta de Carne
quarta-feira, 27 de julho de 2022	Leite Puro / Biscoito Cream Cracker	Arroz / Feijão / Iscas de carne / Salada de Repolho / Mamão	Chá / Mini pão francês com margarina	Sopa de Ervilha / Legumes / Frango / Melão	Leite Puro / Biscoito Integral
quinta-feira, 28 de julho de 2022	Leite Puro / Mini pão frances com requeijão	Arroz / Feijão / Frango refogado / Brócolis Refogado / Melancia	Chá / Biscoito Povilho	Sopa de feijão / Macarrão / Legumes / Carne / Laranja	Vitamina de Frutas / Biscoito Integral
sexta-feira, 29 de julho de 2022	Leite Puro / Pão com margarina	Arroz / Feijão / Carne Panela / Abóbora Refogada / Maçã	Chá / Bolo de Fubá	Canja / Manga	Chá / Pão com Pão de Queijo
sábado, 30 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 31 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				

Alunos da 3ª Fase - Servir leite puro sem adição de açúcar.

\*Ceia para alunos que permanecem até as 19h.

NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO



Nutris Alves Silva  
Nutricionista  
CRN 35077

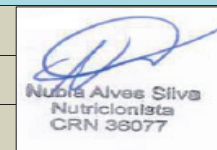
# Maternal - Sem Lactose 1º e 2º Fases

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30	*Ceia 17h30
sexta-feira, 1 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão Creme vegetal	Aroz / Feijão / Iscas de Carne / Abobrinha Refogada / Melancia	Salada de Frutas	Sopa de macarrão / Legumes / Frango / Manga	Bebida de soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose
sábado, 2 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 3 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 4 de julho de 2022	Bebida de soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz / Feijão / Carne Moída / Repolho com Tomate / Laranja	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Canja / Melancia	Chá / Biscoito Cream Cracker 0 lactose
terça-feira, 5 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Frango Refogado / Couve Refogada / Melancia	Chá / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de Macarrão / Legumes / Carne / Melão	Vitamina de fruta com bebida de soja
quarta-feira, 6 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Carne desfiada / Abóbora Refogada / Maçã	Chá / Torta de Frango com leite 0 lactose	Sopa de Ervilha / Cenoura / Batata / Frango / Laranja	Bebida de Soja / Cream Cracker 0 lactose
quinta-feira, 7 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Omelete com Espinafre / Beterraba Cozida / Banana	Banana com Aveia	Sopa de fubá / Couve / Carne moída / Manga	Chá / Pão com creme vegetal
sexta-feira, 8 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Carne Moída / Escarola Refogada / Abacaxi	Vitamina de fruta com bebida de soja	Sopa de Lentilha / Legumes / Frango / Mamão	Vitamina de fruta com bebida de soja
sábado, 9 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 10 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 11 de julho de 2022	Chá / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Carne Panela / Salada de Pepino / Melancia	Chá / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de Feijão branco / Legumes / Frango / Laranja	Banana com Aveia
terça-feira, 12 de julho de 2022	Bebida de soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz / Feijão / Omelete com Espinafre / Abóbora Refogada / Mamão	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Sopa de macarrão / Carne / Legumes / Melão	Chá / Torta de Carne / Bebida de Soja
quarta-feira, 13 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Frango refogado / Couve Refogada / Laranja	Chá / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de ervilha / Legumes / Carne / Maçã	Bebida de Soja / Pão com creme vegetal
quinta-feira, 14 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Carne Panela / Salada de alface com Tomate / Banana	Bebida de soja / Cream Cracker 0 lactose	Canja / Melancia	Bebida de soja / Pão com creme vegetal
sexta-feira, 15 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Frango refogado / Beterraba Cozida / Mamão	Chá / Torta de Frango com bebida de soja	Sopa de fubá / Couve / Carne moída / Manga	Vitamina de fruta com bebida de soja
sábado, 16 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 17 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 18 de julho de 2022	Bebida de soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz / Feijão / Iscas de Carne / Chuchu Refogado / Melão	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Sopa de ervilha / Cenoura / Batata / Frango / Manga	Chá / Biscoito Cream Cracker 0 lactose
terça-feira, 19 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Frango em cubos / Abobrinha Refogada / Banana	Banana com Aveia	Sopa de Grão de Bico / Chuchu / Abóbora / Carne / Maçã	Chá / Torta de Carne com Bebida de Soja
quarta-feira, 20 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Carne Moída / Escarola Refogada / Manga	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Sopa de Macarrão / Legumes / Frango / Mamão	Bebida de Soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quinta-feira, 21 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Carne de Panela / Salada de Alface com Tomate / Laranja	Chá / Torta de Frango com Bebida de Soja	Creme de Abóbora com frango / Melancia	Chá / Pão com creme vegetal
sexta-feira, 22 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Frango / Couve Refogada / Maçã	Banana com Aveia	Sopa de feijão branco / Legumes / Carne / Melão	Bebida de Soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose
sábado, 23 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 24 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 25 de julho de 2022	Chá / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Omelete de forno com Espinafre / Salada de Pepino / Abacaxi	Chá / Torta de Frango com leite 0 lactose	Sopa de Macarrão / Legumes e frango / Manga	Vitamina de fruta com bebida de soja
terça-feira, 26 de julho de 2022	Bebida de soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz / Feijão / Iscas de Frango / Beterraba Cozida / Laranja	Salada de Frutas com Aveia	Sopa de Lentilha / Batata / Cenoura / Macarrão / Carne / Melancia	Chá / Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quarta-feira, 27 de julho de 2022	Bebida de soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz / Feijão / Iscas de carne / Salada de Repolho / Mamão	Chá / Pão com creme vegetal	Sopa de Feijão / Legumes / Frango / Melão	Bebida de soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quinta-feira, 28 de julho de 2022	Bebida de soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz / Feijão / Frango refogado / Brócolis Refogado / Melancia	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Canja / Manga	Vitamina de fruta com bebida de soja
sexta-feira, 29 de julho de 2022	Bebida de Soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz / Feijão / Carne Panela / Abóbora Refogada / Maçã	Bebida de Soja / Pão com creme vegetal	Sopa de feijão / Macarrão / Cenoura / Chuchu / Frango / Manga	Vitamina de fruta com bebida de soja
sábado, 30 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 31 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				

\* para alunos da 1ª e 2ª fase servir leite puro (sem achocolatado e sem açúcar);

\*Ceia para alunos que permanecem até as 19h.

**NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO**




# Maternal - Sem Lactose 3º Fase

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30	*Ceia 17h30
sexta-feira, 1 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão Creme vegetal	Aroz / Feijão / Iscas de Carne / Abobrinha Refogada / Melancia	Salada de Frutas	Sopa de macarrão / Legumes / Frango / Manga	Bebida de soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose
sábado, 2 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 3 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 4 de julho de 2022	Bebida de soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz / Feijão / Carne Moída / Repolho com Tomate / Laranja	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Canja / Melancia	Chá / Biscoito Maisena 0 lactose
terça-feira, 5 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Frango Refogado / Couve Refogada / Melancia	Chá com Biscoito / Cream Cracker 0 lactose	Sopa de Macarrão / Legumes / Carne / Melão	Vitamina de fruta com bebida de soja
quarta-feira, 6 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Carne desfiada / Abóbora Refogada / Maçã	Chá / Torta de Frango com leite 0 lactose	Sopa de Ervilha / Cenoura / Batata / Frango Laranja	Bebida de Soja / Sucrilhos
quinta-feira, 7 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Omelete com Espinafre / Beterraba Cozida / Banana	Banana com Aveia	Sopa de fubá / Couve / Carne moída / Manga	Chá / pão com creme vegetal
sexta-feira, 8 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Carne Moída / Escarola Refogada / Abacaxi	Canjica com Bebida de soja	Sopa de Lentilha / Legumes / Frango / Mamão	Vitamina de fruta com bebida de soja
sábado, 9 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 10 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 11 de julho de 2022	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Carne Panela / Salada de Pepino / Melancia	Chá / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de Feijão branco / Legumes / Frango / Laranja	Banana com Aveia
terça-feira, 12 de julho de 2022	Bebida de soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz / Feijão / Omelete com Espinafre / Abóbora Refogada / Mamão	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Sopa de macarrão / Carne / Legumes / Melão	Chá / Torta de Carne / Bebida de Soja
quarta-feira, 13 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Frango refogado / Couve Refogada / Laranja	Chá / Bolo de Cenoura	Sopa de ervilha / Legumes / Carne / Maçã	Bebida de Soja / Pão com creme vegetal
quinta-feira, 14 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Carne Panela / Salada de alface com Tomate / Banana	Bebida de soja / Cream Cracker 0 lactose	Canja / Melancia	Bebida de soja / Pão com creme vegetal
sexta-feira, 15 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Frango refogado / Beterraba Cozida / Mamão	Chá com Torta de Frango / Bebida de soja	Sopa de fubá / Couve / Carne moída / Manga	Vitamina de fruta com bebida de soja
sábado, 16 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 17 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 18 de julho de 2022	Bebida de soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz / Feijão / Iscas de Carne / Chuchu Refogado / Melão	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Sopa de ervilha / Cenoura / Batata / Frango Manga	Chá / Biscoito Cream Cracker 0 lactose
terça-feira, 19 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Frango em cubos / Abobrinha Refogada / Banana	Banana com Aveia	Sopa de Grão de Bico / Chuchu / Abóbora / Carne / Maçã	Chá / Torta de Carne / Bebida de Soja
quarta-feira, 20 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Carne Moída / Escarola Refogada / Manga	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Sopa de Macarrão / Legumes / Frango / Mamão	Bebida de Soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quinta-feira, 21 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Carne de Panela / Salada de Alface com Tomate / Laranja	Chá / Bolo de Laranja	Creme de Abóbora com frango / Melancia	Chá com pão com creme vegetal
sexta-feira, 22 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Frango / Couve Refogada / Maçã	Banana com Aveia	Sopa de feijão branco / Legumes / Carne / Melão	Bebida de Soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose
sábado, 23 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 24 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 25 de julho de 2022	Chá / Pão com creme vegetal	Arroz / Feijão / Omelete de forno com Espinafre / Salada de Pepino / Abacaxi	Bebida de Soja com Sucrilhos	Sopa de Macarrão / Legumes / Frango / Manga	Vitamina de fruta com bebida de soja
terça-feira, 26 de julho de 2022	Bebida de soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz / Feijão / Iscas de Frango / Beterraba Cozida / Laranja	Salada de Frutas com Aveia	Sopa de Lentilha / Batata / Cenoura / Macarrão / Carne / Melancia	Chá e Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quarta-feira, 27 de julho de 2022	Bebida de soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz / Feijão / Iscas de carne / Salada de Repolho / Mamão	Chá / Pão com creme vegetal	Sopa de Ervilha / Legumes / Frango / Melão	Bebida de soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quinta-feira, 28 de julho de 2022	Bebida de soja / Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz / Feijão / Frango refogado / Brócolis Refogado / Melancia	Bebida de soja / Pão com creme vegetal	Sopa de feijão / Macarrão / Legumes / Carne / Laranja	Vitamina de fruta com bebida de soja
sexta-feira, 29 de julho de 2022	Bebida de soja / Pão Creme vegetal	Arroz / Feijão / Carne Panela / Abóbora Refogada / Maçã	Chá / Bolo de Laranja	Canja / Manga	Vitamina de fruta com bebida de soja
sábado, 30 de julho de 2022	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 31 de julho de 2022	<b>DOMINGO</b>				

Alunos da 3ª Fase - Servir leite puro sem adição de açúcar.

\*Ceia para alunos que permanecem até as 19h.

**NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO**



Nubia Alves Silva  
Nutricionista  
CRN 36077