

# CARDÁPIO - MARÇO/2023



Instituto de Integração  
Social de Barueri




PREFEITURA DE  
**COTIA**

# 6 meses - 1ª Semana

Dia da Semana / Horário	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	* CEIA
	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
	07:30	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
<b>Terça</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quarta</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quinta</b>	Fórmula Infantil 2	Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Sexta</b>	Fórmula Infantil 2	Pêra Raspadinha	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:**

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


**Papinha de fruta:**

**Água: ofertar entre as refeições.**

# 6 meses - 2ª Semana

Dia da Semana / Horário	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	* CEIA
	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
	07:30	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
<b>Terça</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quarta</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quinta</b>	Fórmula Infantil 2	Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Sexta</b>	Fórmula Infantil 2	Pêra Raspadinha	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	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	* CEIA
	Fórmula Infantil	Papinha salgada	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
	07:30	10:30	13:30	15:30	17:30
<b>Segunda</b>	Fórmula Infantil 2	Abóbora Paulista e chuchu	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Terça</b>	Fórmula Infantil 2	Abóbora Paulista e chuchu	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quarta</b>	Fórmula Infantil 2	Cenoura e Batata	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quinta</b>	Fórmula Infantil 2	Cenoura e Batata	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Sexta</b>	Fórmula Infantil 2	Mandioquinha e Abobrinha	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>* para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.</b>					 Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 38077
<b>Fórmula infantil:</b>		Oferecer 175 ml. Usar o bico ortodôntico nº 2.			
<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.			

# 6 meses - 4ª Semana

Dia da Semana / Horário	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	* CEIA
	Fórmula Infantil	Papinha salgada	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
	07:30	10:30	13:30	15:30	17:30
<b>Segunda</b>	Fórmula Infantil 2	Feijão, batata, cenoura e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Terça</b>	Fórmula Infantil 2	Ervilha, cenoura, batata, chuchu e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quarta</b>	Fórmula Infantil 2	Grão de Bico, abóbora, inhame, e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quinta</b>	Fórmula Infantil 2	Batata, feijão, chuchu e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Sexta</b>	Fórmula Infantil 2	Lentilha, abóbora, couve flor, cenoura e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2

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

<b>Fórmula infantil:</b>	Oferecer 175 ml. Usar o bico ortodôntico nº 2.	 Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 38077
<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	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	*CEIA
	Fórmula Infantil	Papinha salgada e de fruta	Fórmula Infantil	Papinha salgada e de fruta	Fórmula Infantil
	07:30	10:30	13:30	15:30	17:30
<b>quarta-feira, 1 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Inhame, feijão branco, cenoura, acelga e frango/Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Grão de Bico, abóbora, chuchu, couve-flor e frango/ Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2
<b>quinta-feira, 2 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Macarrão, batata, chuchu, cenoura e frango/ Papinha de Melancia	Fórmula Infantil 2	Feijão,mandioquinha, couve-flor, abóbora, carne/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
<b>sexta-feira, 3 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Arroz, feijão, abóbora, inhame, couve-flor e carne/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Fubá, cenoura,tomate,abobrinha, couve e frango/Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2
<b>sábado, 4 de março de 2023</b>	<b>SÁBADO</b>				
<b>domingo, 5 de março de 2023</b>	<b>DOMINGO</b>				
<b>segunda-feira, 6 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Mandioquinha, feijão, abobrinha,cenoura, repolho e carne/ Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Ervilha, abóbora paulista, chuchu, couve e frango/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2
<b>terça-feira, 7 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Macarrão, batata, abobrinha, cenoura e carne/Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2	Arroz, mandioquinha, cenoura, espinafre e frango/ Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2
<b>quarta-feira, 8 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Grão de bico, cenoura, batata doce, chuchu, espinafre e frango/Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Feijão, abóbora, chuchu, inhame, acelga e ovo/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
<b>quinta-feira, 9 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Inhame, feijão branco, cenoura, acelga e frango/Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Macarrão, batata, beterraba, couve-flor e carne/Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2
<b>sexta-feira, 10 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Arroz, feijão, abóbora, inhame e carne/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Lentilha, cenoura,batata, brócolis e frango/` Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2
<b>sábado, 11 de março de 2023</b>	<b>SÁBADO</b>				
<b>domingo, 12 de março de 2023</b>	<b>DOMINGO</b>				
<b>segunda-feira, 13 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Arroz, beterraba, batata, inhame, couve e frango/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Feijão, cenoura,batata,abobrinha, brócolis e carne/ Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2
<b>terça-feira, 14 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Fubá, abobrinha,cenoura, brócolis e carne/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2	Ervilha, abóbora paulista,chuchu, couve-flor e frango/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2
<b>quarta-feira, 15 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Macarrão, batata, chuchu, cenoura, couve-flor e frango/ Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Feijão branco,mandioquinha,beterraba, agrião e carne/ Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2
<b>* para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.</b>					
<b>Fórmula infantil:</b>	Ofertar 175 ml. A partir do 8 meses servir no copo de transição.				
<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 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)				

  
 Nubis Alves Silva  
 Nutricionista  
 CRN 38077

# 7 a 12 meses - 2ª Quinzena

Dia / Horário	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	*CEIA
	Fórmula Infantil	Papinha salgada e de fruta	Fórmula Infantil	Papinha salgada e de fruta	Fórmula Infantil
	07:30	10:30	13:30	15:30	17:30
<b>quinta-feira, 16 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Arroz, feijão, abóbora, mandioquinha, agrião e carne/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Fubá, tomate, inhame, abóbora, couve e frango/ Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2
<b>sexta-feira, 17 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Macarrão, ervilha, chuchu, cenoura, couve e frango/ Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Batata, feijão, chuchu, abobrinha, brócolis e carne/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
<b>sábado, 18 de março de 2023</b>	<b>SÁBADO</b>				
<b>domingo, 19 de março de 2023</b>	<b>DOMINGO</b>				
<b>segunda-feira, 20 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Macarrão, inhame, abóbora paulista, chuchu, carne/Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Arroz, lentilha, abobrinha, e batata, couve-flor e frango/Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2
<b>terça-feira, 21 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Grão de bico, batata, beterraba, couve-flor e frango/Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Inhame, feijão, cenoura, chuchu, repolho e frango/Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2
<b>quarta-feira, 22 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Arroz, lentilha, abóbora, mandioquinha, repolho e frango/Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Macarrão, abobrinha, batata doce, inhame, espinafre e carne/Papinha de Melancia	Fórmula Infantil 2
<b>quinta-feira, 23 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Feijão, batata, cenoura, chuchu, espinafre e carne/Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Arroz, tomate, cenoura, mandioquinha, couve e ovo/Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2
<b>sexta-feira, 24 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Grão de bico, cenoura, batata, , espinafre e frango/Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Feijão, abóbora, chuchu, inhame, acelga e ovo/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
<b>sábado, 25 de março de 2023</b>	<b>SÁBADO</b>				
<b>domingo, 26 de março de 2023</b>	<b>DOMINGO</b>				
<b>segunda-feira, 27 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Mandioquinha, feijão, abobrinha, cenoura, repolho e carne/ Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Ervilha, abóbora paulista, chuchu, couve e frango/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2
<b>terça-feira, 28 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Feijão, inhame, abóbora paulista, chuchu, frango/Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Macarrão, lentilha, cenoura, batata, couve e ovo/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
<b>quarta-feira, 29 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Macarrão, batata, abobrinha, cenoura e carne/Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2	Lentilha, mandioquinha, cenoura, espinafre e frango/ Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2
<b>quinta-feira, 30 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Arroz, chuchu, abóbora, inhame, couve e frango/ Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Fubá, abobrinha, cenoura, brócolis e carne/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
<b>sexta-feira, 31 de março de 2023</b>	Fórmula Infantil 2	Feijão, batata, cenoura, chuchu, espinafre e carne/Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Arroz, tomate, cenoura, mandioquinha, couve e ovo/Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2

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

<b>Fórmula infantil:</b>	Ofertar 175 ml. A partir do 8 meses servir no copo de transição.	 <b>Nubia Alves Silva</b> Nutricionista CRN 38077
<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 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)	


# Maternal - 1º e 2º Fases

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30	*Ceia 17h30
quarta-feira, 1 de março de 2023	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/Carne em tiras /Alface c/ tomate/Melão	Leite puro Biscoito Maizena	Sopa de Macarrão com frango e legumes/Melão	Chá com Pão de Queijo
quinta-feira, 2 de março de 2023	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Frango desfiado/Beterraba Cozida/Maçã	Chá com Torta de Carne	Sopa de Ervilha, abóbora,chuchu, batata e carne/Laranja	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker
sexta-feira, 3 de março de 2023	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/Macarrão com Carne Moída/Salada de Alface/Melão	Banana com Aveia	Sopa de Feijão com legumes, macarrão e frango/Manga	Chá com Biscoito Polvilho
sábado, 4 de março de 2023	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 5 de março de 2023	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 6 de março de 2023	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Ovos Mexidos/Beterraba Cozida /Manga	Chá com Pão de queijo	Sopa de Macarrão, legumes e carne/Melão	Leite puro/ Biscoito Integral
terça-feira, 7 de março de 2023	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Abóbora Refogada/Maçã	Chá com Biscoito de Polvilho	Sopa de feijão, legumes, macarrão e Carne/Mamão	Vitamina de Frutas/ Biscoito Integral
quarta-feira, 8 de março de 2023	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne de Panela /Chuchu Refogado/Laranja	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker	Canja/Melancia	Chá com Torta de Carne
quinta-feira, 9 de março de 2023	Leite PURO e mini pão francês com requeijão	Arroz/Feijão/Frango c legumes/Salada de alface com tomate/Abacaxi	Banana com Aveia	Creme de Abóbora com carne moída /Melancia	Chá com Pão de Queijo
sexta-feira, 10 de março de 2023	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne Moída c/ Polenta/Couve Refogada/Mamão	Chá com Torta de Frango	Sopa de feijão branco, legumes e frango/Melão	Leite Puro/ Biscoito Cream Cracker
sábado, 11 de março de 2023	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 12 de março de 2023	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 13 de março de 2023	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Omelete com cenoura/Acelga com tomate /Melão	Leite com mini pão francês com Requeijão	Sopa de ervilha,legumes e frango/Manga	Chá com Biscoito Polvilho
terça-feira, 14 de março de 2023	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abóbora Refogada /Laranja	Leite Puro/ Biscoito Integral	Sopa de Grão de Bico, batata, chuchu, cenoura e carne/Maçã	Chá com Torta de Carne
quarta-feira, 15 de março de 2023	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Beterraba Cozida /Manga	Chá com Pão de queijo	Sopa de Macarrão com Legumes e frango/Melancia	Leite Puro/ Biscoito Cream Cracker
quinta-feira, 16 de março de 2023	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/ Feijão/Frango/ Salada de Alface com tomate /Laranja	Chá com torta de Frango	Sopa de feijão branco, legumes e carne/Melão	Banana com Aveia
sexta-feira, 17 de março de 2023	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída /Escarola Refogada /Maçã	Chá com Biscoito Polvilho	Canja/Mamão	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker
sábado, 18 de março de 2023	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 19 de março de 2023	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 20 de março de 2023	Leite PURO e mini pão com margarina	Arroz/Feijão/Omelete com Legumes/Salada de Pepino/Abacaxi	Chá com Torta de Frango	Sopa de Macarrão, legumes e frango/ Manga	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker
terça-feira, 21 de março de 2023	Chá e mini pão com requeijão	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker	Sopa de Lentilha, batata, cenoura e carne/Melancia	Banana com Aveia
quarta-feira, 22 de março de 2023	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Repolho /Mamão	Chá com Pão de Queijo	Sopa de Feijão, legumes e frango/Melão	Leite Puro/Biscoito Integral
quinta-feira, 23 de março de 2023	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/Feijão/Frango refogado /Couve Refogada/Melancia	Chá com Biscoito Polvilho	Sopa de macarrão,cenoura, chuchu,abóbora e carne/Maçã	Vitamina de Frutas/ Biscoito Integral
sexta-feira, 24 de março de 2023	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Slada de Alface /Manga	Banana com Aveia	Canja/Melão	Chá com Torta de Frango
sábado, 25 de março de 2023	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 26 de março de 2023	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 27 de março de 2023	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Omelete c/ legumes /Acelga com tomate/Melão	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker	Sopa de macarrão, legumes e frango e /Manga	Chá com Biscoito Polvilho
terça-feira, 28 de março de 2023	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia	Banana com Aveia	Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã	Chá com Torta de Carne
quarta-feira, 29 de março de 2023	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Couve Refogada/Laranja	Leite Puro/ mini pão francês com requeijão	Canja/Melancia	Vitamina com Biscoito Integral
quinta-feira, 30 de março de 2023	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Mamão	Chá com Pão de queijo	Sopa de ervilha, legumes e carne/Abacaxi	Banana com Aveia
sexta-feira, 31 de março de 2023	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Slada de Alface /Manga	Mingau de Aveia	Sopa de Macarrão, legumes e frango/ Manga	Danone de Inhamé

\* Para alunos de berçário Maternal II-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 38077



# Maternal - 3º Fase


Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30
quarta-feira, 1 de março de 2023	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/Carne em tiras /Alface c/ tomate/Melão	Leite com Sucrilhos	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Cenoura Refogada/Mamão
quinta-feira, 2 de março de 2023	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Frango desfiado/Beterraba Cozida/Maçã	Chá com Torta de Carne	Arroz/Feijão/Carne desfiada/Repolho Refogado/Maçã
sexta-feira, 3 de março de 2023	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/Macarrão com Carne Moída/Salada de Alface/Melão	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/ Frango em tiras /Cenoura Refogada/Melão
sábado, 4 de março de 2023	<b>SÁBADO</b>			
domingo, 5 de março de 2023	<b>DOMINGO</b>			
segunda-feira, 6 de março de 2023	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Ovos Mexidos/Beterraba Cozida /Manga	Chá com Pão de queijo	Arroz/ Feijão/Ovos Mexidos/Beterraba Cozida /Manga
terça-feira, 7 de março de 2023	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Abóbora Refogada/Maçã	Chá com Bolo de Laranja	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Abóbora Refogada/Maçã
quarta-feira, 8 de março de 2023	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne de Panela /Chuchu Refogado/Laranja	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Carne de Panela /Chuchu Refogado/Laranja
quinta-feira, 9 de março de 2023	Leite PURO e mini pão francês com requeijão	Arroz/Feijão/Frango c legumes/Salada de alface com tomate/Abacaxi	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/Frango c legumes/Salada de alface com tomate/Abacaxi
sexta-feira, 10 de março de 2023	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne Moída c/ Polenta/Couve Refogada/Mamão	Chá com Torta de Frango	Arroz/Feijão/Carne Moída c/ Polenta/Couve Refogada/Mamão
sábado, 11 de março de 2023	<b>SÁBADO</b>			
domingo, 12 de março de 2023	<b>DOMINGO</b>			
segunda-feira, 13 de março de 2023	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Omelete com cenoura/Acelga com tomate /Melão	Leite com mini pão francês com Requeijão	Arroz/Feijão/Omelete com cenoura/Acelga com tomate /Melão
terça-feira, 14 de março de 2023	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abóbora Refogada /Laranja	Leite Puro/Rosquinha de Coco	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abóbora Refogada /Laranja
quarta-feira, 15 de março de 2023	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Beterraba Cozida /Manga	Chá com Pão de queijo	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Beterraba Cozida /Manga
quinta-feira, 16 de março de 2023	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/ Feijão/Frango/ Salada de Alface com tomate /Laranja	Chá com torta de Frango	Arroz/ Feijão/Frango/ Salada de Alface com tomate /Laranja
sexta-feira, 17 de março de 2023	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída /Escarola Refogada /Maçã	Canjica	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída /Escarola Refogada /Maçã
sábado, 18 de março de 2023	<b>SÁBADO</b>			
domingo, 19 de março de 2023	<b>DOMINGO</b>			
segunda-feira, 20 de março de 2023	Leite PURO e mini pão com margarina	Arroz/Feijão/Omelete com Legumes/Salada de Pepino/Abacaxi	Chá com Torta de Frango	Arroz/Feijão/Omelete com Legumes/Salada de Pepino/Abacaxi
terça-feira, 21 de março de 2023	Chá e mini pão com requeijão	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja
quarta-feira, 22 de março de 2023	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Repolho /Mamão	Chá com Pão de Queijo	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Repolho /Mamão
quinta-feira, 23 de março de 2023	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/Feijão/Frango refogado /Couve Refogada/Melancia	Chá com Bolo de Cenoura	Arroz/Feijão/Frango refogado /Couve Refogada/Melancia
sexta-feira, 24 de março de 2023	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Slada de Alfece /Manga	Banana com Aveia	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Slada de Alfece /Manga
sábado, 25 de março de 2023	<b>SÁBADO</b>			
domingo, 26 de março de 2023	<b>DOMINGO</b>			
segunda-feira, 27 de março de 2023	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Omelete c/ legumes /Acelga com tomate/Melão	Leite com Sucrilhos	Arroz/Feijão/Omelete c/ legumes /Acelga com tomate/Melão
terça-feira, 28 de março de 2023	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia	Banana com Aveia	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia
quarta-feira, 29 de março de 2023	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Couve Refogada/Laranja	Leite Puro/ mini pão francês com requeijão	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Couve Refogada/Laranja
quinta-feira, 30 de março de 2023	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Mamão	Chá com Pão de queijo	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Mamão
sexta-feira, 31 de março de 2023	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Slada de Alfece /Manga	Mingau de Aveia	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Slada de Alfece /Manga

Servir leite puro (sem adição de açúcar e achocolatado)


**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 - Sem Lactose 1º e 2º Fases

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30	*Ceia 17h30
quarta-feira, 1 de março de 2023	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Carne em tiras /Alface c/ tomate/Melão	Bebida de soja e Biscoito Maizena 0 lactose	Sopa de Macarrão com frango e legumes/Melão	Chá com Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quinta-feira, 2 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango desfiado/Beterraba Cozida/Maçã	Chá com Torta de Carne com leite 0 lactose	Sopa de Ervilha, abóbora,chuchu, batata e carne/Laranja	Bebida de Soja/Cream Cracker 0 lactose
sexta-feira, 3 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Macarrão com Carne Moída/Salada de Alface/Melão	Banana com Aveia	Sopa de Feijão com legumes, macarrão e frango/Manga	Chá com pão com creme vegetal
sábado, 4 de março de 2023	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 5 de março de 2023	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 6 de março de 2023	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Ovos Mexidos/Beterraba Cozida /Manga	Bebida de Soja/ Pão com creme vegetal	Sopa de Macarrão, legumes e carne/Melão	Chá e Biscoito Cream Cracker 0 lactose
terça-feira, 7 de março de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Abóbora Refogada/Maçã	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Sopa de feijão, legumes, macarrão e Carne/Mamão	Chá com Torta de Carne com leite 0 lactose
quarta-feira, 8 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne de Panela /Chuchu Refogado/Laranja	Bebida de soja com Cream Cracker 0 lactose	Canja/Melancia	Vitamina de fruta com bebida de soja
quinta-feira, 9 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango c legumes/Salada de alface com tomate/Abacaxi	Banana com Aveia	Creme de Abóbora com carne moída /Melancia	Bebida de soja e pão com creme vegetal
sexta-feira, 10 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne Moída c/ Polenta/Couve Refogada/Mamão	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Sopa de feijão branco, legumes e frango/Melão	Bebida de Soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose
sábado, 11 de março de 2023	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 12 de março de 2023	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 13 de março de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Omelete com cenoura/Acelga com tomate /Melão	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Sopa de ervilha,legumes e frango/Manga	Chá com Biscoito Cream Cracker 0 lactose
terça-feira, 14 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abóbora Refogada /Laranja	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de Grão de Bico, batata, chuchu, cenoura e carne/Maçã	Bebida de soja e pão com creme vegetal
quarta-feira, 15 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Beterraba Cozida /Manga	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Sopa de Macarrão com Legumes e frango/Melancia	Bebida de Soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quinta-feira, 16 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango/ Salada de Alface com tomate /Laranja	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Sopa de feijão branco, legumes e carne/Melão	Banana com Aveia
sexta-feira, 17 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída /Escarola Refogada /Maçã	Vitamina de fruta com bebida de soja	Canja/Mamão	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose
sábado, 18 de março de 2023	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 19 de março de 2023	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 20 de março de 2023	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Omelete com Legumes/Salada de Pepino/Abacaxi	Chá com Torta de Frango com leite 0 lactose	Sopa de Macarrão, legumes e frango/ Manga	Vitamina de fruta com bebida de soja
terça-feira, 21 de março de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Sopa de Lentilha, batata, cenoura, macarrão e carne/Melancia	Chá e Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quarta-feira, 22 de março de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Repolho /Mamão	Chá e Pão com creme vegetal	Sopa de Feijão, legumes e frango/Melão	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quinta-feira, 23 de março de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango refogado /Couve Refogada/Melancia	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Sopa de macarrão,cenoura, chuchu,abóbora e carne/Maçã	Vitamina de fruta com bebida de soja
sexta-feira, 24 de março de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Slada de Alface /Manga	Banana com Aveia	Canja/Melão	Chá com Torta de Frango com leite 0 lactose
sábado, 25 de março de 2023	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 26 de março de 2023	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 27 de março de 2023	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Omelete c/ legumes /Acelga com tomate/Melão	Chá/Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de macarrão, legumes e frango e /Manga	Banana com Aveia
terça-feira, 28 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia	Banana com Aveia	Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã	Chá com Torta de Carne com Bebida de Soja
quarta-feira, 29 de março de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Couve Refogada/Laranja	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Canja/Melancia	Vitamina de fruta com bebida de soja
quinta-feira, 30 de março de 2023	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Mamão	Bebida de soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de ervilha, legumes e carne/Abacaxi	Chá com pão com creme vegetal
sexta-feira, 31 de março de 2023	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Slada de Alface /Manga	Mingau de Aveia	Sopa de Macarrão, legumes e frango/ Manga	Danone de Inhame
<b>*Servir leite puro (sem achocolatado e sem açúcar);</b>					 Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 39077
<b>*Ceia para alunos que permanecem até as 19h.</b>					
<b>NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO</b>					

# Maternal - Sem Lactose 3º Fase

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30
quarta-feira, 1 de março de 2023	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Carne em tiras /Alface c/ tomate/Melão	Bebida de soja com Sucrilhos	Sopa de Grão de bico com carne e legumes/Melão
quinta-feira, 2 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango desfiado/Beterraba Cozida/Maçã	Chá com Torta de Carne com leite 0 lactose	Arroz/Feijão/Carne desfiada/Repolho Refogado/Maçã
sexta-feira, 3 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Macarrão com Carne Moída/Salada de Alface/Melão	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/ Frango em tiras /Cenoura Refogada/Melão
sábado, 4 de março de 2023	<b>SÁBADO</b>			
domingo, 5 de março de 2023	<b>DOMINGO</b>			
segunda-feira, 6 de março de 2023	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Ovos Mexidos/Beterraba Cozida /Manga	Bebida de Soja/ Pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Ovos Mexidos/Beterraba Cozida /Manga
terça-feira, 7 de março de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Abóbora Refogada/Maçã	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Abóbora Refogada/Maçã
quarta-feira, 8 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne de Panela /Chuchu Refogado/Laranja	Bebida de soja com Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Carne de Panela /Chuchu Refogado/Laranja
quinta-feira, 9 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango c legumes/Salada de alface com tomate/Abacaxi	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/Frango c legumes/Salada de alface com tomate/Abacaxi
sexta-feira, 10 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne Moída c/ Polenta/Couve Refogada/Mamão	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Arroz/Feijão/Carne Moída c/ Polenta/Couve Refogada/Mamão
sábado, 11 de março de 2023	<b>SÁBADO</b>			
domingo, 12 de março de 2023	<b>DOMINGO</b>			
segunda-feira, 13 de março de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Omelete com cenoura/Acelga com tomate /Melão	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Omelete com cenoura/Acelga com tomate /Melão
terça-feira, 14 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abóbora Refogada /Laranja	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abóbora Refogada /Laranja
quarta-feira, 15 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Beterraba Cozida /Manga	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Beterraba Cozida /Manga
quinta-feira, 16 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango/ Salada de Alface com tomate /Laranja	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Arroz/ Feijão/Frango/ Salada de Alface com tomate /Laranja
sexta-feira, 17 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída /Escarola Refogada /Maçã	Vitamina de fruta com bebida de soja	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída /Escarola Refogada /Maçã
sábado, 18 de março de 2023	<b>SÁBADO</b>			
domingo, 19 de março de 2023	<b>DOMINGO</b>			
segunda-feira, 20 de março de 2023	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Omelete com Legumes/Salada de Pepino/Abacaxi	Chá com Torta de Frango com leite 0 lactose	Arroz/Feijão/Omelete com Legumes/Salada de Pepino/Abacaxi
terça-feira, 21 de março de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja
quarta-feira, 22 de março de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Repolho /Mamão	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Repolho /Mamão
quinta-feira, 23 de março de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango refogado /Couve Refogada/Melancia	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango refogado /Couve Refogada/Melancia
sexta-feira, 24 de março de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Slada de Alface /Manga	Banana com Aveia	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Slada de Alface /Manga
sábado, 25 de março de 2023	<b>SÁBADO</b>			
domingo, 26 de março de 2023	<b>DOMINGO</b>			
segunda-feira, 27 de março de 2023	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Omelete c/ legumes /Acelga com tomate/Melão	Bebida de soja com Sucrilhos	Arroz/Feijão/Omelete c/ legumes /Acelga com tomate/Melão
terça-feira, 28 de março de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia	Banana com Aveia	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia
quarta-feira, 29 de março de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Couve Refogada/Laranja	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Couve Refogada/Laranja
quinta-feira, 30 de março de 2023	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Mamão	Bebida de soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Mamão
sexta-feira, 31 de março de 2023	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Slada de Alface /Manga	Mingau de Aveia	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Slada de Alface /Manga
<b>Servir leite puro (sem adição de açúcar e achocolatado)</b>				
<b>NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO</b>				
				 <b>Nubia Alves Silva</b> Nutricionista CRN 38077


# Maternal - Isento de Proteína Animal

## Primeira Quinzena - (Vegetariano)

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30
<b>quarta-feira, 1 de março de 2023</b>	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Proteína de Soja /Alface c/ tomate/Melão	Bebida de soja com Sucrílhos	Arroz/Feijão/Proteína de Soja /Alface c/ tomate/Melão
<b>quinta-feira, 2 de março de 2023</b>	Bebida de soja/Biscoito Maisena 0 Lactose	Arroz/FeijãoSalada de Soja/Beterraba Cozida/Maçã	Salada de Frutas	Arroz/FeijãoSalada de Soja/Beterraba Cozida/Maçã
<b>sexta-feira, 3 de março de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Salada de Ervilha em grãos/Salada de Alface/Melão	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/Salada de Ervilha em grãos/Salada de Alface/Melão
<b>sábado, 4 de março de 2023</b>	<b>SÁBADO</b>			
<b>domingo, 5 de março de 2023</b>	<b>DOMINGO</b>			
<b>segunda-feira, 6 de março de 2023</b>	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Proteína de Soja/Beterraba Cozida /Manga	Bebida de Soja/ Biscoito de Arroz	Arroz/ Feijão/Proteína de Soja/Beterraba Cozida /Manga
<b>terça-feira, 7 de março de 2023</b>	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Salada de Soja/Abóbora Refogada/Maçã	Mingau de Aveia	Arroz/Feijão/Salada de Soja/Abóbora Refogada/Maçã
<b>quarta-feira, 8 de março de 2023</b>	Bebida de Soja/ Biscoito de Arroz	Arroz/Feijão/Proteína de Soja /Chuchu Refogado/Laranja	Bebida de soja com Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Proteína de Soja /Chuchu Refogado/Laranja
<b>quinta-feira, 9 de março de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Legumes Refogados/Salada de alface com tomate/Abacaxi	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/Legumes Refogados/Salada de alface com tomate/Abacaxi
<b>sexta-feira, 10 de março de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/ Polenta/Couve Refogada/Mamão	Salada de Frutas	Arroz/Feijão/ Polenta/Couve Refogada/Mamão
<b>sábado, 11 de março de 2023</b>	<b>SÁBADO</b>			
<b>domingo, 12 de março de 2023</b>	<b>DOMINGO</b>			
<b>segunda-feira, 13 de março de 2023</b>	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Proteína de Soja/Acelga com tomate /Melão	Vitamina de fruta com bebida de soja	Arroz/Feijão/Proteína de Soja/Acelga com tomate /Melão
<b>terça-feira, 14 de março de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Salada de Grão de Bico/Abóbora Refogada /Laranja	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Salada de Grão de Bico/Abóbora Refogada /Laranja
<b>quarta-feira, 15 de março de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Salada de Ervilha em Grãos/Beterraba Cozida /Manga	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Salada de Ervilha em Grãos/Beterraba Cozida /Manga

**Servir leite puro (sem adição de açúcar e achocolatado)**

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

  
 Nubia Alves Silva  
 Nutricionista  
 CRN 38077


# Maternal - Isento de Proteína Animal

## Segunda Quinzena - (Vegetariano)

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30
<b>quinta-feira, 16 de março de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Salada de Soja/ Salada de Alface com tomate /Laranja	Bebida de Soja/ Biscoito de Arroz	Arroz/ Feijão/Salada de Soja/ Salada de Alface com tomate /Laranja
<b>sexta-feira, 17 de março de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Proteína de Soja /Escarola Refogada /Maçã	Vitamina de fruta com bebida de soja	Arroz/ Feijão/Proteína de Soja /Escarola Refogada /Maçã
<b>sábado, 18 de março de 2023</b>	<b>SÁBADO</b>			
<b>domingo, 19 de março de 2023</b>	<b>DOMINGO</b>			
<b>segunda-feira, 20 de março de 2023</b>	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/ Legumes Refogados/Salada de Pepino/Abacaxi	Salada de Frutas	Arroz/Feijão/ Legumes Refogados/Salada de Pepino/Abacaxi
<b>terça-feira, 21 de março de 2023</b>	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Proteína de Soja/Beterraba Cozida/Laranja	Bebida de Soja/ Biscoito de Arroz	Arroz/Feijão/Proteína de Soja/Beterraba Cozida/Laranja
<b>quarta-feira, 22 de março de 2023</b>	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Espinafre Refogado/ Salada de Repolho /Mamão	Mingau de Aveia	Arroz/Feijão/Espinafre Refogado/ Salada de Repolho /Mamão
<b>quinta-feira, 23 de março de 2023</b>	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Salada de Lentilha/Couve Refogada/Melancia	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Salada de Lentilha/Couve Refogada/Melancia
<b>sexta-feira, 24 de março de 2023</b>	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Salada de Soja/Salada de Alface /Manga	Banana com Aveia	Arroz/ Feijão/Salada de Soja/Salada de Alface /Manga
<b>sábado, 25 de março de 2023</b>	<b>SÁBADO</b>			
<b>domingo, 26 de março de 2023</b>	<b>DOMINGO</b>			
<b>segunda-feira, 27 de março de 2023</b>	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Legumes Refogados/Acelga com tomate/Melão	Bebida de soja com Sucrilhos	Arroz/Feijão/Legumes Refogados/Acelga com tomate/Melão
<b>terça-feira, 28 de março de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Proteína de Soja/Abobrinha Refogada /Melancia	Banana com Aveia	Arroz/ Feijão/Proteína de Soja/Abobrinha Refogada /Melancia
<b>quarta-feira, 29 de março de 2023</b>	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Salada de Lentilha/Couve Refogada/Laranja	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Salada de Lentilha/Couve Refogada/Laranja
<b>quinta-feira, 30 de março de 2023</b>	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Brócolis Refogado/Salada de Beterraba/Mamão	Bebida de soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Brócolis Refogado/Salada de Beterraba/Mamão
<b>sexta-feira, 31 de março de 2023</b>	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/ Feijão/Proteína de Soja/Salada de Alface /Manga	Mingau de Aveia	Arroz/ Feijão/Proteína de Soja/Salada de Alface /Manga

**Servir leite puro (sem adição de açúcar e achocolatado)**

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



Nubia Alves Silva  
Nutricionista  
CRN 38077