

CARDÁPIO - OUTUBRO/2024



Instituto de Integração
Social de Barueri



PREFEITURA DE
COTIA

6 meses - 1ª Semana

Dia da Semana / Horario	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
Segunda	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Terça	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Quarta	Fórmula Infantil 2	Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Quinta	Fórmula Infantil 2	Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Sexta	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 38077
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 / Horario	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
Segunda	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Terça	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Quarta	Fórmula Infantil 2	Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Quinta	Fórmula Infantil 2	Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Sexta	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 38077
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 / Horario	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
Segunda	Fórmula Infantil 2	Abóbora Paulista e Inhame	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Terça	Fórmula Infantil 2	Abóbora Paulista e Inhame	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Quarta	Fórmula Infantil 2	Cenoura e Batata	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Quinta	Fórmula Infantil 2	Cenoura e Batata	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Sexta	Fórmula Infantil 2	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 38077
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 / Horario	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
Segunda	Fórmula Infantil 2	Feijão, batata, cenoura e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Terça	Fórmula Infantil 2	Ervilha, cenoura, batata chuchu e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Quarta	Fórmula Infantil 2	Grão de Bico, abóbora, inhame, e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Quinta	Fórmula Infantil 2	Mandioca, feijão, beterraba e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Sexta	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.					 Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 38077
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.			

7 a 12 meses - 1ª 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
segunda-feira, 7 de outubro de 2024	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
terça-feira, 8 de outubro de 2024	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
quarta-feira, 9 de outubro de 2024	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
quinta-feira, 10 de outubro de 2024	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
sexta-feira, 11 de outubro de 2024	Fórmula Infantil 2	Macarrão, ervilha, chuchu, cenoura, couve e frango/ Maçã Raspadina	Fórmula Infantil 2	Batata, feijão, chuchu,abobrinha, brócolis e carne/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
sábado, 12 de outubro de 2024	SÁBADO				
domingo, 13 de outubro de 2024	DOMINGO				
segunda-feira, 14 de outubro de 2024	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
terça-feira, 15 de outubro de 2024	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
quarta-feira, 16 de outubro de 2024	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
quinta-feira, 17 de outubro de 2024	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
sexta-feira, 18 de outubro de 2024	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
sábado, 19 de outubro de 2024	SÁBADO				
domingo, 20 de outubro de 2024	DOMINGO				
* para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.					 Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 38077
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

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
segunda-feira, 21 de outubro de 2024	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
terça-feira, 22 de outubro de 2024	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
quarta-feira, 23 de outubro de 2024	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
quinta-feira, 24 de outubro de 2024	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
sexta-feira, 25 de outubro de 2024	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
sábado, 26 de outubro de 2024	SÁBADO				
domingo, 27 de outubro de 2024	DOMINGO				
segunda-feira, 28 de outubro de 2024	Fórmula Infantil 2	Mandioquinha, feijão, abobrinha, cenoura, repolho e carne/ Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Lentilha, abóbora paulista, chuchu, couve e frango/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2
terça-feira, 29 de outubro de 2024	Fórmula Infantil 2	Macarrão, batata, abobrinha, cenoura e carne/ Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2	Feijão, mandioquinha, cenoura, espinafre e frango/ Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2
quarta-feira, 30 de outubro de 2024	Fórmula Infantil 2	Arroz, feijão, 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
quinta-feira, 31 de outubro de 2024	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
sexta-feira, 1 de novembro de 2024	Fórmula Infantil 2	Arroz, feijão, abóbora, mandioquinha, agrião e carne/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Ervilha, inhame, abóbora, couve e frango/ Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2
* 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 36077

Maternal - 1º e 2º Fases

Dia da Semana	*Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar	*Ceia
segunda-feira, 7 de outubro de 2024	Leite com Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Omelete com cenoura/Repolho com tomate /Fruta	Leite com mini pão francês com Requeijão	Sopa de mandioca, couve e carne/Fruta	Chá com Biscoito Polvilho
terça-feira, 8 de outubro de 2024	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Beterraba Cozida/Fruta	Chá/Biscoito Polvilho	Sopa de ervilha,legumes e frango/Fruta	Mingau de Aveia
quarta-feira, 9 de outubro de 2024	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Salada de Alfaca/Fruta	Chá com Biscoito Maisena	Sopa de Macarrão com Legumes e frango/Fruta	Creme de Abacate
quinta-feira, 10 de outubro de 2024	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango com Legumes/ Salada de Pepino com tomate/Fruta	Chá com Bolo de Chocolate	Sopa de feijão c/ Macarrão, legumes e carne/Fruta	Chá/Biscoito Polvilho
sexta-feira, 11 de outubro de 2024	Leite com Biscoito Cream Cracker	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída /Salada de Alfaca/Fruta	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Canja/Fruta	Leite com Biscoito cream cracker
sábado, 12 de outubro de 2024	SÁBADO				
domingo, 13 de outubro de 2024	DOMINGO				
segunda-feira, 14 de outubro de 2024	Leite PURO e mini pão com margarina	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos/Abóbora Ragogada/Fruta	Chá com Bolo de Cenoura	Sopa de Macarrão, legumes e frango/Fruta	Banana com Aveia
terça-feira, 15 de outubro de 2024	Leite e mini pão com requeijão	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Fruta	Leite com Sucrilhos sem Açúcar	Sopa de Fubá com couve e carne moída/Fruta	Danone de Inhame c/ Manga
quarta-feira, 16 de outubro de 2024	Leite com Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Alfaca c/ Tomate/Fruta	Leite com mini pão francês com Requeijão	Sopa de feijão, legumes e frango/Fruta	Chá com Biscoito Polvilho
quinta-feira, 17 de outubro de 2024	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/Feijão/Frango refogado/Couve Refogada/Fruta	Chá com Torta de Frango com Legumes	Sopa de macarrão,cenoura, chuchu,abóbora e carne/Fruta	Vitamina com Biscoito Cream Cracker
sexta-feira, 18 de outubro de 2024	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Repolho/Fruta	Chá/Biscoito Cream Cracker	Sopa de ervilha,legumes e frango/Fruta	Mingau de Aveia
sábado, 19 de outubro de 2024	SÁBADO				
domingo, 20 de outubro de 2024	DOMINGO				
segunda-feira, 21 de outubro de 2024	Leite com Biscoito Cream Cracker	Feijão/Ovos Mexidos/Salada de acelga c/ Tomate/Fruta	Leite Puro/Pão com Requeijão	Sopa de macarrão, legumes e frango/Fruta	Chá com Biscoito Polvilho
terça-feira, 22 de outubro de 2024	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango c/ Legumes/Salada de Repolho c/ tomate /Fruta	Chá com Torta de Frango com Legumes	Sopa de Ervilha, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã	Leite com sucrilhos sem açúcar
quarta-feira, 23 de outubro de 2024	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Abobrinha Refogada/Fruta	Leite puro/ Biscoito Craam Cracker	Canja/Fruta	Mingau de Aveia sem Açúcar
quinta-feira, 24 de outubro de 2024	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba cozida/Fruta	Banana com Aveia	Sopa de Lentilha, legumes e carne/Fruta	Chá/Muffin de legumes
sexta-feira, 25 de outubro de 2024	Leite com Biscoito Cream Cracker	Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Alfaca/Fruta	Leite Puro/Pão com Requeijão	Sopa de Feijão c/ Macarrão, legumes e frango/Fruta	Salada de Frutas
sábado, 26 de outubro de 2024	SÁBADO				
domingo, 27 de outubro de 2024	DOMINGO				
segunda-feira, 28 de outubro de 2024	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Ovos Mexidos /Salada de Pepino c/ tomate/Fruta	Banana com Aveia	Sopa de Macarrão, legumes e carne/Fruta	Chá com Biscoito Cream cracker
terça-feira, 29 de outubro de 2024	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Beterraba Cozida/Fruta	Chá/ Biscoito Cream cracker	Sopa de feijão, legumes, macarrão e Carne/Fruta	Leite puro/Biscoito Polvilho
quarta-feira, 30 de outubro de 2024	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Carne cozida com abobrinha/Salada de Alfaca/Fruta	Chá c/ Bolo de banana com aveia	Canja/Fruta	Vitamina com Biscoito Cream Cracker
quinta-feira, 31 de outubro de 2024	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/Feijão/Frango refogado/Abobora Refogada/Fruta	Chá/Biscoito de Maisena	Sopa de macarrão,cenoura, chuchu,abóbora e carne/Fruta	Creme de Abacate
sexta-feira, 1 de novembro de 2024	Leite puro/Biscoito Cream Cracker	Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Repolho/Fruta	Leite Puro/Pão com Requeijão	Sopa de Fubá com carne e couve /Fruta	Danone de Inhame com manga
* Para alunos de berçário Maternal II-servir leite puro (sem achocolatado e sem açúcar);					 Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 36077
*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 - 3º Fase

Dia da Semana	*Desjejum / Manhã	Almoço/ Manhã	Lanche/Tarde	Jantar/Tarde
segunda-feira, 7 de outubro de 2024	Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Omelete com cenoura/Repolho com tomate /Fruta	Leite com mini pão francês com Requeijão	Arroz/Feijão/Omelete com cenoura/Repolho com tomate /Fruta
terça-feira, 8 de outubro de 2024	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Beterraba Cozida/Fruta	Chá/Biscoito Polvilho	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Beterraba Cozida/Fruta
quarta-feira, 9 de outubro de 2024	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Salada de Alface/Fruta	Chá com Biscoito Maisena	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Salada de Alface/Fruta
quinta-feira, 10 de outubro de 2024	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango com Legumes/ Salada de Pepino com tomate/Fruta	Chá com Bolo de Chocolate	Arroz/ Feijão/Frango com Legumes/ Salada de Pepino com tomate/Fruta
sexta-feira, 11 de outubro de 2024	Leite com Biscoito Cream Cracker	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída /Salada de Alface/Fruta	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída /Salada de Alface/Fruta
sábado, 12 de outubro de 2024	SÁBADO			
domingo, 13 de outubro de 2024	DOMINGO			
segunda-feira, 14 de outubro de 2024	Leite PURO e mini pão com margarina	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos/Abóbora Ragogada/Fruta	Chá com Bolo de Cenoura	Arroz/Feijão/Omelete com Legumes/Abóbora Ragogada/Fruta
terça-feira, 15 de outubro de 2024	Leite e mini pão com requeijão	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Fruta	Leite com Sucrilhos	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Fruta
quarta-feira, 16 de outubro de 2024	Leite com Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Alface c/ Tomate/Fruta	Leite com mini pão francês com Requeijão	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Alface c/ Tomate/Fruta
quinta-feira, 17 de outubro de 2024	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/Feijão/Frango refogado/Couve Refogada/Fruta	Chá com Torta de Frango com Legumes	Arroz/Feijão/Frango refogado/Couve Refogada/Fruta
sexta-feira, 18 de outubro de 2024	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Repolho/Fruta	Chá/Biscoito Cream Cracker	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Repolho/Fruta
sábado, 19 de outubro de 2024	SÁBADO			
domingo, 20 de outubro de 2024	DOMINGO			
segunda-feira, 21 de outubro de 2024	Leite com Biscoito Cream Cracker	Feijão/Ovos Mexidos/Salada de acelga c/ Tomate/Fruta	Leite Puro/Pão com Requeijão	Feijão/Ovos Mexidos/Salada de acelga c/ Tomate/Fruta
terça-feira, 22 de outubro de 2024	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango c/ Legumes/Salada de Repolho c/ tomate /Fruta	Chá com Torta de Frango com Legumes	Arroz/ Feijão/Frango c/ Legumes/Salada de Repolho c/ tomate /Fruta
quarta-feira, 23 de outubro de 2024	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Abobrinha Refogada/Fruta	Leite puro/ Biscoito Craam Cracker	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Abobrinha Refogada/Fruta
quinta-feira, 24 de outubro de 2024	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba cozida/Fruta	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba cozida/Fruta
sexta-feira, 25 de outubro de 2024	Leite com Biscoito Cream Cracker	Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Alface/Fruta	Leite Puro/Pão com Requeijão	Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Alface/Fruta
sábado, 26 de outubro de 2024	SÁBADO			
domingo, 27 de outubro de 2024	DOMINGO			
segunda-feira, 28 de outubro de 2024	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Ovos Mexidos /Salada de Pepino c/ tomate/Fruta	Banana com Aveia	Arroz/ Feijão/Ovos Mexidos /Salada de Pepino c/ tomate/Fruta
terça-feira, 29 de outubro de 2024	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Beterraba Cozida/Fruta	Chá/ Biscoito Cream cracker	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Beterraba Cozida/Fruta
quarta-feira, 30 de outubro de 2024	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Carne cozida com abobrinha/Salada de Alface/Fruta	Chá c/ Bolo de banana com aveia	Arroz/Feijão/Carne cozida com abobrinha/Salada de Alface/Fruta
quinta-feira, 31 de outubro de 2024	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/Feijão/Frango refogado/Abobora Refogada/Fruta	Chá/Biscoito de Maisena	Arroz/Feijão/Frango refogado/Abobora Refogada/Fruta
sexta-feira, 1 de novembro de 2024	Leite puro/Biscoito Cream Cracker	Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Repolho/Fruta	Leite Puro/Pão com Requeijão	Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Repolho/Fruta
Servir leite puro (sem adição de açúcar e achocolatado)				 Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 36077
NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO				

Maternal - Sem Lactose - 1º e 2º Fases

Dia da Semana	*Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar	*Ceia
segunda-feira, 7 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Omelete com cenoura/Repolho com tomate /Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Sopa de mandioca, couve e carne/Fruta	Chá com Biscoito Cream Cracker 0 lactose
terça-feira, 8 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Beterraba Cozida/Fruta	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de ervilha,legumes e frango/Fruta	Mingau de Aveia c/ bebida de soja
quarta-feira, 9 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Salada de Alface/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Sopa de Macarrão com Legumes e frango/Fruta	Bebida de Soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quinta-feira, 10 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango com Legumes/ Salada de Pepino com tomate/Fruta	Salada de Frutas	Sopa de feijão c/ Macarrão, legumes e carne/Fruta	Mingau de Aveia
sexta-feira, 11 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída /Salada de Alface/Fruta	Chá com Torta de Frango sem leite de vaca	Canja/Fruta	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose
sábado, 12 de outubro de 2024	SÁBADO				
domingo, 13 de outubro de 2024	DOMINGO				
segunda-feira, 14 de outubro de 2024	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Omelete com Legumes/Abóbora Ragogada/Fruta	Banana com Aveia	Sopa de Macarrão, legumes e frango/Fruta	Vitamina de fruta com bebida de soja
terça-feira, 15 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Fruta	Chá com Bolo de Cenoura	Sopa de Fubá com couve e carne moída/Fruta	Danone de Inhame c/ Manga
quarta-feira, 16 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Alface c/ Tomate/Fruta	Salada de Frutas	Sopa de lentilha, legumes e frango/Fruta	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quinta-feira, 17 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango refogado/Couve Refogada/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Sopa de macarrão,cenoura, chuchu,abóbora e carne/Fruta	Vitamina de fruta com bebida de soja
sexta-feira, 18 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Repolho/Fruta	Mingau de Aveia c/ bebida de soja	Sopa de ervilha,legumes e frango/Fruta	Chá com Torta de Frango com leite 0 lactose
sábado, 19 de outubro de 2024	SÁBADO				
domingo, 20 de outubro de 2024	DOMINGO				
segunda-feira, 21 de outubro de 2024	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos/Salada de Pepino c/ tomate/Fruta	Banana com Aveia	Sopa de macarrão, legumes e frango e /Manga	Chá com Biscoito Cream Cracker 0 lactose
terça-feira, 22 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango c/ Legumes/Salada de Repolho c/ tomate /Fruta	Chá com Torta de Legumes com Bebida de Soja	Sopa de Fubá com carne e espinafre/Fruta	Bebida de Soja e Biscoito Maisena 0 lactose
quarta-feira, 23 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Abobrinha Refogada/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Canja/Fruta	Vitamina de fruta com bebida de soja
quinta-feira, 24 de outubro de 2024	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Fruta	Bebida de soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de Lentilha, legumes e carne/Fruta	Chá com pão com creme vegetal
sexta-feira, 25 de outubro de 2024	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Alface/Fruta	Bebida de Soja e Biscoito Maisena 0 lactose	Sopa de Feijão c/ Macarrão, legumes e frango/Fruta	Danone de Inhame
sábado, 26 de outubro de 2024	SÁBADO				
domingo, 27 de outubro de 2024	DOMINGO				
segunda-feira, 28 de outubro de 2024	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Ovos Mexidos com Espinafre/Beterraba Cozida /Fruta	Banana com Aveia	Sopa de Macarrão, legumes e carne/Fruta	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose
terça-feira, 29 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Pepino c/ tomate/Fruta	Bolo de Laranja	Sopa de feijão, legumes, macarrão e Carne/Fruta	Vitamina de fruta com bebida de soja
quarta-feira, 30 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Salada de Alface c/ tomate/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Canja/Fruta	Danone de Inhame c/ Manga
quinta-feira, 31 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango refogado/Couve Refogada/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Sopa de macarrão,cenoura, chuchu,abóbora e carne/Fruta	Vitamina de fruta com bebida de soja
sexta-feira, 1 de novembro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Repolho/Fruta	Mingau de Aveia c/ bebida de soja	Sopa de ervilha,legumes e frango/Fruta	Chá com Torta de Frango com leite 0 lactose
*Servir leite puro (sem achocolatado e sem açúcar);					 Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 36077
*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/Manhã	Almoço/Manhã	Lanche/Tarde	Jantar/Tarde
segunda-feira, 7 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Omelete com cenoura/Repolho com tomate /Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Omelete com cenoura/Repolho com tomate /Fruta
terça-feira, 8 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Beterraba Cozida/Fruta	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Beterraba Cozida/Fruta
quarta-feira, 9 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Salada de Alface/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Salada de Alface/Fruta
quinta-feira, 10 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango com Legumes/ Salada de Pepino com tomate/Fruta	Salada de Frutas	Arroz/ Feijão/Frango com Legumes/ Salada de Pepino com tomate/Fruta
sexta-feira, 11 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída /Salada de Alface/Fruta	Chá com Torta de Frango sem leite de vaca	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída /Salada de Alface/Fruta
sábado, 12 de outubro de 2024	SÁBADO			
domingo, 13 de outubro de 2024	DOMINGO			
segunda-feira, 14 de outubro de 2024	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Omelete com Legumes/Abóbora Ragogada/Fruta	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/Omelete com Legumes/Abóbora Ragogada/Fruta
terça-feira, 15 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Fruta	Chá com Bolo de Cenoura	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Fruta
quarta-feira, 16 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Alface c/ Tomate/Fruta	Salada de Frutas	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Alface c/ Tomate/Fruta
quinta-feira, 17 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango refogado/Couve Refogada/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango refogado/Couve Refogada/Fruta
sexta-feira, 18 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Repolho/Fruta	Mingau de Aveia c/ bebida de soja	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Repolho/Fruta
sábado, 19 de outubro de 2024	SÁBADO			
domingo, 20 de outubro de 2024	DOMINGO			
segunda-feira, 21 de outubro de 2024	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos/Salada de Pepino c/ tomate/Fruta	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos/Salada de Pepino c/ tomate/Fruta
terça-feira, 22 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango c/ Legumes/Salada de Repolho c/ tomate /Fruta	Chá com Torta de Legumes com Bebida de Soja	Arroz/ Feijão/Frango c/ Legumes/Salada de Repolho c/ tomate /Fruta
quarta-feira, 23 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Abobrinha Refogada/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Abobrinha Refogada/Fruta
quinta-feira, 24 de outubro de 2024	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Fruta	Bebida de soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Fruta
sexta-feira, 25 de outubro de 2024	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Alface/Fruta	Bebida de Soja e Biscoito Maisena 0 lactose	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Alface/Fruta
sábado, 26 de outubro de 2024	SÁBADO			
domingo, 27 de outubro de 2024	DOMINGO			
segunda-feira, 28 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Ovos Mexidos com Espinafre/Beterraba Cozida /Fruta	Chá com Biscoito Maisena 0 lactose	Arroz/ Feijão/Ovos Mexidos/Beterraba Cozida /Fruta
terça-feira, 29 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Pepino c/ tomate/Fruta	Chá com Bolo de Laranja	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Pepino c/ tomate/Fruta
quarta-feira, 30 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Salada de Alface c/ tomate/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Salada de Alface c/ tomate/Fruta
quinta-feira, 31 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango refogado/Couve Refogada/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango refogado/Couve Refogada/Fruta
sexta-feira, 1 de novembro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Repolho/Fruta	Bebida de Soja e Biscoito Maisena 0 lactose	Arroz/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída/Salada de Repolho/Fruta
Servir leite puro (sem adição de açúcar e achocolatado)				 Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 36077
NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO				

Maternal e Jardim - Alimentos Integrais - Primeira Quinzena

Dia da Semana	Lanche/Tarde	Jantar/Tarde
segunda-feira, 7 de outubro de 2024	Leite puro com Biscoito Integral	Arroz Integral/Feijão/Omelete com cenoura/Repolho com tomate /Fruta
terça-feira, 8 de outubro de 2024	Leite Puro Biscoito de Arroz	Arroz Integral/ Feijão/Frango em cubos/Beterraba Cozida/Fruta
quarta-feira, 9 de outubro de 2024	Chá com Biscoito Integral	Arroz Integral/Feijão/Carne de Panela/Salada de Alface c/ Tomate/Fruta
quinta-feira, 10 de outubro de 2024	Salada de Frutas c/ Aveia	Arroz Integral/ Feijão/Frango com Legumes/ Salada de Pepino com tomate/Fruta
sexta-feira, 11 de outubro de 2024	Chá com Biscoito de Arroz	Arroz Integral/ Feijão/Macarrão c/ Carne Moída /Salada de Acelga/Fruta
sábado, 12 de outubro de 2024	SÁBADO	
domingo, 13 de outubro de 2024	DOMINDO	
segunda-feira, 14 de outubro de 2024	Banana com Aveia	Arroz Integral/Feijão/Omelete com Legumes/Abóbora Ragogada/Fruta
terça-feira, 15 de outubro de 2024	Chá com Biscoito Integral	Arroz Integral/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Fruta
quarta-feira, 16 de outubro de 2024	Salada de Frutas c/ Aveia	Arroz Integral/Feijão/Iscas de carne / Salada de Alface c/ Tomate/Fruta
quinta-feira, 17 de outubro de 2024	Chá com Biscoito Arroz	Arroz Integral/Feijão/Frango refogado/Couve Refogada/Fruta
sexta-feira, 18 de outubro de 2024	Mamão com Aveia	Arroz Integral/ Feijão/Macarrão Integral c/ Carne Moída/Salada de Repolho/Fruta
sábado, 19 de outubro de 2024	SÁBADO	
domingo, 20 de outubro de 2024	DOMINDO	
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 e Jardim - Alimentos Integrais - Segunda Quinzena

Dia da Semana	Lanche/Tarde	Jantar/Tarde
segunda-feira, 21 de outubro de 2024	Leite com Biscoito Integral	Arroz Integral/Feijão/Ovos Mexidos/Abóbora Refogada/Fruta
terça-feira, 22 de outubro de 2024	Banana com Aveia	Arroz Integral/ Feijão/Frango c/ Legumes/Salada de Repolho c/ tomate /Fruta
quarta-feira, 23 de outubro de 2024	Leite Puro/Biscoito de Arroz	Arroz Integral/Feijão/Carne Moída/Abobrinha Refogada/Fruta
quinta-feira, 24 de outubro de 2024	Chá com Biscoito Integral	Arroz Integral/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Fruta
sexta-feira, 25 de outubro de 2024	Mamão com Aveia	Arroz Integral/ Feijão/Macarrão Integral c/ Carne Moída/Salada de Alface/Fruta
sábado, 26 de outubro de 2024	SÁBADO	
domingo, 27 de outubro de 2024	DOMINGO	
segunda-feira, 28 de outubro de 2024	Banana com Aveia	Arroz Integral/ Feijão/Ovos Mexidos/Beterraba Cozida /Fruta
terça-feira, 29 de outubro de 2024	Chá com Biscoito Integral	Arroz Integral/Feijão/Frango Refogado/Abóbora Refogada/Fruta
quarta-feira, 30 de outubro de 2024	Fruta com Aveia	Arroz Integral/Feijão/Carne de Panela/Acelga Refogada/Fruta
quinta-feira, 31 de outubro de 2024	Chá com Biscoito Arroz	Arroz Integral/Feijão/Frango refogado/Couve Refogada/Fruta
sexta-feira, 1 de novembro de 2024	Mamão com Aveia	Arroz Integral/ Feijão/Macarrão Integral c/ Carne Moída/Salada de Repolho/Fruta
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 e Jardim - Vegano - Primeira Quinzena

Dia da Semana	*Desjejum /Manhã	Almoço/Manhã
segunda-feira, 7 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker o lactose	Arroz/Feijão/Proteína de Soja/Repolho com tomate /Fruta
terça-feira, 8 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Salada de Soja/Beterraba Cozida/Fruta
quarta-feira, 9 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Proteína de Soja/Salada de Alface c/ Tomate/Fruta
quinta-feira, 10 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Legumes Refogados/ Salada de Pepino com tomate/Fruta
sexta-feira, 11 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Macarrão s/ Ovos /Salada de Acelga/Fruta
sábado, 12 de outubro de 2024	SÁBADO	
domingo, 13 de outubro de 2024	DOMINGO	
segunda-feira, 14 de outubro de 2024	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Proteína de Soja/Legumes Ragogados/Fruta
terça-feira, 15 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Salada de Lentilha/Beterraba Cozida/Fruta
quarta-feira, 16 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Proteína de Soja / Salada de Alface c/ Tomate/Fruta
quinta-feira, 17 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Salada de Ervilha/Couve Refogada/Fruta
sexta-feira, 18 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Macarrão s/ Ovos/Salada de Repolho/Fruta
sábado, 19 de outubro de 2024	SÁBADO	
domingo, 20 de outubro de 2024	DOMINGO	
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 e Jardim - Vegano - Segunda Quinzena

Dia da Semana	*Desjejum / Manhã	Almoço/Manhã
segunda-feira, 21 de outubro de 2024	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Proteína de Soja/Abóbora Refogada/Fruta
terça-feira, 22 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Legumes Refogados/Salada de Repolho c/ tomate /Fruta
quarta-feira, 23 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão//Abobrinha Refogada/Fruta
quinta-feira, 24 de outubro de 2024	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Brócolis/Salada de Beterraba/Fruta
sexta-feira, 25 de outubro de 2024	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/ Feijão/Macarrão s/ ovos/Salada de Alface/Fruta
sábado, 26 de outubro de 2024	SÁBADO	
domingo, 27 de outubro de 2024	DOMINGO	
segunda-feira, 28 de outubro de 2024	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Proteína de SojaBeterraba Cozida/Fruta
terça-feira, 29 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Abóbora Refogada/Salada de Ervilha/Fruta
quarta-feira, 30 de outubro de 2024	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Proteína de Soja / Salada de Alface c/ Tomate/Fruta
quinta-feira, 31 de outubro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Legumes Refogados/ Salada de Pepino com tomate/Fruta
sexta-feira, 1 de novembro de 2024	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Macarrão s/ Ovos /Salada de Acelga/Fruta
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