



CARDÁPIO SEMANAL MATERNAL PRÉ



HORÁRIOS:	SEGUNDA -FEIRA	TERÇA - FEIRA	QUARTA- FEIRA	QUINTA- FEIRA	SEXTA- FEIRA
8:00h	CAFÉ DA MANHÃ Pão francês ou pão de leite com margarina e leite com chocolate.	CAFÉ DA MANHÃ Pão francês ou pão de leite com margarina e leite com chocolate.	CAFÉ DA MANHÃ Pão francês ou pão de leite com margarina e leite com chocolate.	CAFÉ DA MANHÃ Pão francês ou pão de leite com margarina e leite com chocolate.	CAFÉ DA MANHÃ Lancheira saudável
10:00h	LANCHE DA MANHÃ 1 fruta	LANCHE DA MANHÃ 1 fruta	LANCHE DA MANHÃ 1 fruta	LANCHE DA MANHÃ 1 fruta	LANCHE DA MANHÃ 1 fruta
12:00	ALMOÇO Arroz branco e Feijão, Ovosmexido, legumes refogado e salada verde. Sobremesa: fruta	ALMOÇO Arroz branco e feijão, carne moída com legumes e salada verde. Sobremesa: fruta	ALMOÇO Arroz branco e feijão, frango cozido com legumes e beterraba. Sobremesa: gelatina	ALMOÇO Arroz branco e Feijão, picadinho de carne, legumes refogado e salada de pepino com tomate (azeite e limão). Sobremesa: fruta	ALMOÇO Macarrão Molho bolonhesa ou frango Salada Verde Sobremesa: gelatina
15:00h	LANCHE DA TARDE Bolacha salgada com requeijão e leite com chocolate.	LANCHE DA TARDE Bolo caseiro com suco de polpa de fruta	LANCHE DA TARDE Pão francês com requeijão e leite com chocolate.	LANCHE DA TARDE Pão de leite com requeijão e suco de polpa de fruta.	LANCHE DA TARDE Lancheira saudável
16:30h/17:00h	JANTAR Sopa de legumes com músculo desfiado.	JANTAR Sopa legumes com carne moída.	JANTAR Sopa de legumes com frango desfiado.	JANTAR Sopa de legumes com carne cozida.	JANTAR Sopa de feijão ou lentilha com carne e legumes.

Valéria Arruda Machado

CRN3: 26606

Nutricionista responsável

Mestre e Doutoranda em ciências da saúde aplicada a cardiologia