



## CARDÁPIO – DEZEMBRO DE 2024



SEMANA: 09 A 13-12-2024				
Semana	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar
2ª	Banana	Arroz branco, feijão preto <b>Proteína:</b> carne moída com legumes <b>Acompanhamento:</b> vagem refogada <b>Salada de tomate</b> <b>Sobremesa: fruta</b>	Suco e bolo de chocolate	Escola: espaguete à bolonhesa Berçário: sopinha nutritiva de macarrão, carne e legumes
3ª	Suco e biscoito de sal com geleia de fruta	Arroz branco, feijão carioca <b>Proteína:</b> strogonoff de frango <b>Acompanhamento:</b> batata palha <b>Mix de salada</b> <b>Sobremesa: fruta</b>	Suco e pão de milho com manteiga	Arroz carreteiro
4ª	Suco e panqueca de banana com cacau em pó	Arroz branco, feijão preto com espinafre picadinho <b>Proteína:</b> carne ao molho <b>Acompanhamento:</b> beterraba no vapor <b>Salada colorida</b> <b>Sobremesa: fruta</b>	Escola: festival de biscoitos/gelatina Berçário: suco e peta	Risoto de carne
5ª	Suco e pão de queijo	Arroz branco, feijão carioca <b>Proteína:</b> frango ao molho <b>Acompanhamento:</b> couve flor refogada <b>Salada de tomate</b> <b>Sobremesa: fruta</b>	Escola: Suco e pipoca Berçário: mix de frutas	Arroz colorido e carne ao molho
6ª	Salada de frutas	Arroz branco, feijão preto <b>Proteína:</b> peixe grelhado <b>Acompanhamento:</b> abobrinha e cenoura refogada <b>Salada de cenoura e tomate</b> <b>Sobremesa: fruta</b>	Suco e pão francês com ovos mexido	Escola: canjiquinha com frango desfiado Berçário: sopa de macarrão

Observações importantes.: Cardápio sujeito a alterações. Crianças com alergia ou restrições alimentares devem ser avisadas na secretaria com antecedência (lanches serão substituídos por frutas). Os temperos utilizados são naturais, não utilizamos temperos industrializados. Frutas para os bebês que não consomem outros alimentos.

Melina Alves Cavalcante – Nutricionista CRN/1 5741