



# Cardápio



**Nutrifam**  
Alimentos enriquecidos com carinho

## SEMANA 01

## Refeição Maternal Junho

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA 01

## Semana 02

**SEGUNDA 04**  
Isclas de frango  
Cenoura na salsa  
Salada de beterraba  
Arroz/ feijão  
Melancia

**TERÇA 05**  
Carne desfiada  
Batatas saute  
Salada de alface  
Arroz/ feijão  
Caqui

**QUARTA 06**  
Sopa com frango,  
feijão, couve,  
cenoura,  
mandioquinha  
Laranja lima

**QUINTA 07**  
Carne assada cortada  
Abobrinha refogada  
Salada de cenoura  
Arroz/ feijão  
Melão

**SEXTA 08**  
Peixe grelhado  
Purê rosê  
Salada de tomate  
Arroz/ feijão  
Banana

## Semana 03

**SEGUNDA 11**  
Sopa com carne  
moída, cenoura,  
batatas, vagem e  
macarrão  
Maçã

**TERÇA 12**  
File de frango  
grelhado  
Chuchu refogado  
Salada de rúcula  
Arroz/ feijão  
Mamão

**QUARTA 13**  
Sopa com carne  
desfiada, cenoura,  
grão de bico,  
mandioca  
Arroz/ feijão  
Caqui

**QUINTA 14**  
Frango assado  
Macarrão com brócoles  
Salada de cenoura  
Arroz/ feijão  
Goiaba

**SEXTA 15**  
Peixe assado  
Brócolis ao alho  
Salada de chuchu  
Arroz/ feijão  
Salada de frutas

## Semana 04

**SEGUNDA 18**  
File de frango  
Legumes na salsa  
Salada de cenoura  
Arroz/ feijão  
Melão

**TERÇA 19**  
Isclas de carne  
Macarrão ao sugo  
Salada de alface  
Arroz/ feijão  
Banana

**QUARTA 20**  
Sopa de frango em  
cubos, mandioca,  
abóbora, feijão  
fradinho e couve  
Melancia

**QUINTA 22**  
Peixe grelhado  
Purê de batatas  
Salada de tomate  
Arroz/ feijão  
Laranja

**SEXTA 23**  
Peito de frango  
cozido  
Chuchu refogado  
Salada de abobrinha  
Arroz/ feijão  
Banana

## Semana 05

**SEGUNDA 25**  
Sopa de frango,  
cenoura, arroz,  
lentilhas e  
abobrinha  
Maçã

**TERÇA 26**  
Isclas de carne  
Mandioquinha sauté  
Salada de berinjela  
Arroz/ feijão  
Mamão

**QUARTA 27**  
Frango assado  
Couve flor refogada  
Salada de pepino  
Arroz/ feijão  
Abacaxi

**QUINTA 28**  
Lagarto ao molho  
Couve refogada  
Salada de vinagrete  
Arroz/ feijão  
Manga

**SEXTA 29**  
Sopa de frango, grão  
de bico, batata,  
feijão, macarrão  
Salada de frutas