



Cardápio



SEMANA 01

Refeição Maternal Maio

SEGUNDA

TERÇA 01

FERIADO

QUARTA 02

Hambúrguer caseiro
Abóbora assada
Salada de tomate
Arroz/ feijão
Melancia

QUINTA 03

File de peixe grelhado
Purê de batatas
Salada de cenoura
Arroz/ feijão
Manga

SEXTA 04

Sopa de frango
desfiado, chuchu,
mandioquinha, grão
de bico e arroz
Abacaxi

Semana 02

SEGUNDA 07

Filé de frango
grelhado
Cenoura saute
Salada de berinjela
Arroz/ feijão
Maçã

TERÇA 08

Carne assada
Macarrão ao sugo
Salada de tomate
Arroz/ feijão
Laranja

QUARTA 09

Sopa de cubos de
carne, cará, abóbora,
lentilhas e batata
Banana

QUINTA 10

Iscas de peixe
Abobrinha refogada
Salada de batatas
Arroz/ feijão
Mamão

SEXTA 11

Cubos de frango
Couve flor refogado
Salada de folhas
Arroz/ feijão
Salada de frutas

Semana 03

SEGUNDA 14

Bife de panela
Acelga refogada
Salada de tabule
Arroz/ feijão
Abacaxi

TERÇA 15

Sopa de iscas de
carne, macarrão,
cenoura, feijão e
arroz
Manga

QUARTA 16

Frango xadrez
Arroz shop suey (com
ovos e cenoura)
Salada colorida
Feijão
Banana

QUINTA 17

File de peixe
Mandioquinha saute
Salada de abobrinha
Arroz/ feijão
Salada de frutas

SEXTA 18

Sopa de frango
desfiado, batata,
couve, aveia e feijão
Melancia

Semana 04

SEGUNDA 21

Carne moída com ovos
Macarrão a primavera
Salada de tomate
Arroz/ feijão
Maçã

TERÇA 22

Sopa de frango
desfiado, cenoura,
batata, arroz e feijão
Banana

QUARTA 23

Carne assada
Abóbora colorida
Salada de quiabo
Arroz/ feijão
Abacaxi

QUINTA 24

Filé peixe grelhado
Batatas cozidas
Salada de chuchu
Arroz/ feijão
Melão

SEXTA 25

File de frango
Couve refogada
Salada de alface
Arroz/ feijão
Mamão

Semana 05

SEGUNDA 28

Sopa de carne,
brocoles, batata,
arroz e feijão
Salada de frutas

TERÇA 29

Filé de frango
Macarrão com tomate
Salada mandioquinha
Arroz/ feijão
Laranja

QUARTA 30

File de peixe grelhado
Chuchu refogado
Salada de batata
Arroz/ feijão
Melão com kiwi

QUINTA 31

FERIADO

SEXTA