

**2ª FEIRA**      **3ª FEIRA**      **4ª FEIRA**      **5ª FEIRA**      **6ª FEIRA**

|   |  |  |  |   |  |
|---|--|--|--|---|--|
| <p>Colação<br/><b>“Acorda a fome”</b></p> | <p>Suco maracomanga (maracujá com manga) / Bolo de laranja</p>           | <p>Suco de uva/ Pão careca com requeijão</p>   | <p>Suco de frutas vermelhas/ Biscoito leite maltado</p>                                      | <p>Suco de abacaxi/ Torrada com manteiga</p>  | <p>Limonada / Biscoito pizzaquê</p>  |
| <p>Almoço<br/><b>“Hora do rango”</b></p>  | <p>Feijão/ Arroz/ Ovos mexidos/ quibebe de abóbora</p> <p>Sob: Melão</p> | <p>Feijão/ Arroz/ Panqueca de carne/ Salada de cenoura e abobrinha cozidas</p> <p>Sob: Morango</p> | <p>Feijão/ Arroz/ Frango assado/ Purê de batata inglesa/ Farofa de ovos</p> <p>Sob: Maçã</p> | <p>Feijão/ Macarrão à bolonhesa/ Cenoura, chuchu e berinjela refogados</p> <p>Sob: Banana</p> | <p>Feijão/ Arroz/ Fricassê de frango/ Brócolis e beterraba cozidos</p> <p>Sob: Tangerina</p> |
| <p>Lanche<br/><b>“Pega Leve”</b></p>      | <p>Limonada/ Biscoito pizzaquê</p>                                       | <p>Suco de abacaxi/ Torrada com manteiga</p>   | <p>Suco maracomanga (maracujá com manga) / Bolo de laranja</p>                               | <p>Suco de uva/ Pão careca com requeijão</p>  | <p>Suco de frutas vermelhas/ Biscoito leite maltado</p>                                      |

- Eventualmente, poderão ocorrer mudanças no cardápio, com substituição por alimentos de semelhante valor nutricional;
  - A 2ª opção da proteína será o ovo;
- Quando a criança não puder comer ou não aceitar o lanche, será oferecida uma 2ª opção;
  - Os sucos oferecidos são todos naturais e preparados na hora.

**2ª FEIRA**

**3ª FEIRA**

**4ª FEIRA**

**5ª FEIRA**

**6ª FEIRA**

|  |  |   |   |  |   |
|--|--|---|---|--|---|
| <p>Colação<br/><b>"Acorda a fome"</b></p>                | <p>Suco maracomaça (maracujá com manga) / Bolo de laranja</p>            | <p>Suco de uva/ Pão careca com requeijão</p>  | <p>Suco de frutas vermelhas/ Biscoito leite maltado</p>   | <p>Suco de abacaxi/ Torrada com manteiga</p>   | <p>Limonada/ Biscoito Salgado drink</p>   |
| <p>Almoço<br/><b>"Hora do rango"</b></p>                 | <p>Feijão/ Arroz/ Ovos mexidos/ quibebe de abóbora</p> <p>Sob: Melão</p> | <p>Feijão/ Arroz/ Carne moída / Salada de cenoura e abobrinha cozidas</p> <p>Sob: Morango</p> | <p>Feijão/ Arroz/ Frango em cubos/ Purê de batata inglesa (sem lactose) / Farofa de ovos</p> <p>Sob: Maçã</p> | <p>Feijão/ Macarrão com carne moída/ Cenoura, chuchu e berinjela 'refogados</p> <p>Sob: Banana</p> | <p>Feijão/ Arroz/ Frango desfiado/ Brócolis e beterraba cozidos</p> <p>Sob: Tangerina</p> |
| <p>Lanche<br/><b>"Pega Leve"</b></p>                     | <p>Limonada/ Biscoito Salgado drink</p>                                  | <p>Suco de abacaxi/ Torrada com manteiga</p>  | <p>Suco maracomaça (maracujá com manga) / Bolo de laranja</p>   | <p>Suco de uva/ Pão careca com requeijão</p>   | <p>Suco de frutas vermelhas/ Biscoito leite maltado</p>                                   |
| <p>Refeição do entardecer<br/><b>"Vai com tudo!"</b></p> | <p>Arroz/ Ovos mexidos/ Quibebe de abóbora</p> <p>Sob: Maçã</p>          | <p>Arroz/ Carne moída/ Purê de inhame</p> <p>Sob: Banana</p>                                  | <p>Arroz/ Frango em cubos/ Salada de cenoura e abobrinha</p> <p>Sob: Tangerina</p>                            | <p>Massinha/ Carne moída com molho de tomate/ Abóbora e brócolis refogados.</p> <p>Sob: Melão</p>  | <p>Arroz/ Feijão/ Frango ensopado com beterraba e couve flor</p> <p>Sob: Morango</p>      |

• Eventualmente, poderão ocorrer mudanças no cardápio, com substituição por alimentos de semelhante valor nutricional;

• A 2ª opção da proteína será o ovo;

• Quando a criança não puder comer ou não aceitar o lanche, será oferecida uma 2ª opção / • Os sucos oferecidos são todos naturais e preparados na hora.

**2ª FEIRA**      **3ª FEIRA**      **4ª FEIRA**      **5ª FEIRA**      **6ª FEIRA**

|  |  |  |   |  |   |
|--|--|--|---|--|---|
| Colação<br><b>"Acorda a fome"</b>                | Biscoito de arroz/ Maçã  | Mamão com aveia  | Biscoito de arroz/<br>Danoninho (Inhame com morango)                                  | Bolo de laranja/ Banana  | Cookie de banana/<br>Melancia   |
| Almoço<br><b>"Hora do rango"</b>                 | Feijão/ Arroz/ Ovos mexidos/ quibebe de abóbora<br><br>Sob: Banana | Feijão/ Arroz/ Carne moída / Salada de cenoura e abobrinha cozidas<br><br>Sob: Morango | Feijão/ Arroz/ Frango desfiado/ Purê de batata inglesa (sem lactose)<br><br>Sob: Maçã | Feijão/ Massinha com carne moída/ Cenoura e chuchu refogados<br><br>Sob: Melão | Feijão/ Arroz/ Frango desfiado/ Brócolis e beterraba cozidos<br><br>Sob: Melancia |
| Lanche<br><b>"Pega Leve"</b>                     | Biscoito de arroz/<br>Danoninho (Inhame com morango)               | Bolo de laranja/ Banana  | Cookie de banana/<br>Melancia   | Biscoito de arroz/ Maçã  | Mamão com aveia   |
| Refeição do entardecer<br><b>"Vai com tudo!"</b> | Sopa de lentilha/ Brócolis/ Aipim/ Músculo<br><br>Sob: Maçã        | Sopa de inhame/ Cenoura/ Espinafre/ Carne moída<br><br>Sob: Melancia                   | Sopa de abóbora/ Couve flor/ Batata doce/ Frango desfiado<br><br>Sob: Melão           | Massinha/ Beterraba/ Chuchu/ Músculo<br><br>Sob: Banana                        | Sopa de feijão/ Cenoura/ Batata/ Frango desfiado<br><br>Sob: Morango              |

• Eventualmente, poderão ocorrer mudanças no cardápio, com substituição por alimentos de semelhante valor nutricional;

• A 2ª opção da proteína será o ovo;

• Quando a criança não puder comer ou não aceitar o lanche, será oferecida uma 2ª opção/ • Os sucos oferecidos são todos naturais e preparados na hora.