

Cardápio de Agosto / 2019 – Creches 1

REFEIÇÃO	Segunda	Terça	Quarta	01 - Quinta	02 - Sexta	05 - Segunda	06 - Terça	07 - Quarta	08 - Quinta	09 - Sexta
LANCHE				- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas
ALMOÇO				- Arroz b./ Integral - Feijão carioca - Carne de Panela - Aipim no vapor - Saladas	- Arroz b./ Integral - Feijão preto - Iscas de carne grelhadas - Sopa de Caapelete com frango - Saladas	- Arroz b./ Integral - Feijão preto - Frango ao sugo - Polenta gratinada - Saladas	- Arroz Integral - Feijão preto - Carreteiro - Ovo cozido/ tempero verde - Saladas	- Arroz b. / Integral - Feijão preto - Frango grelhado - Panachê de Legumes - Saladas	- Arroz b. / Integral - Feijão preto - Panqueca de carne - Saladas	- Arroz b. / Integral - Lentilha - Frango Assado - Massa Padre Nosso ao sugo - Saladas
LANCHE DA TARDE				- Buffet de Frutas - Pão bisnaguinha com queijo ou creme de ricota	- Buffet de Frutas - Pão Sovado com manteiga	- Buffet de Frutas - Pão de queijo	- Buffet de Frutas - Pão bisnaguinha com manteiga	- Buffet de Frutas - Sanduíche Natural	- Buffet de Frutas - Pão Francês com Ovos mexidos e queijo	- Buffet de Frutas - Pizza Marguerita
PRÉ JANTA				- Arroz/ Feijão - Carne com molho - Salada	- Arroz/ Feijão - Frango grelhado - Salada	- Arroz/ Feijão - Frango com molho - Salada	- Arroz/ Feijão - Carne com molho - Salada	- Arroz/ Feijão - Frango grelhado - Salada	- Arroz/ Feijão - Guisadinho ao sugo - Salada	- Arroz/ Lentilha - Frango desfiado - Salada
REFEIÇÃO	12 - Segunda	13 - Terça	14 - Quarta	15 - Quinta	16 - Sexta	19 - Segunda	20 - Terça	21 - Quarta	22 - Quinta	23 - Sexta
LANCHE	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas
ALMOÇO	- Arroz b./ Integral - Feijão preto - Bife acebolado - Legumes no vapor - Saladas	- Arroz Integral - Feijão preto - Risoto de Frango - Ovo cozido/ Tempero verde - Saladas	- Arroz b. / Integral - Feijão preto - Frango Assado - Polenta mole ao sugo - Saladas	- Arroz b./ Integral - Feijão vermelho - Carne de Panela - Purê de batata - Saladas	- Arroz b. / Integral - Feijão preto - Frango ao sugo - Espaguete - Saladas	- Arroz b./ Integral - Feijão preto - Guisadinho ao sugo - Omelete de cenoura - Saladas	- Arroz b. / Integral - Lentilha - Escondidinho de batata com frango - Brócolis com tomatinho cereja - Saladas	- Arroz b. / Integral - Feijão Preto - Frango grelhado - Panachê de Legumes - Saladas	- Arroz b. / Integral - Feijão preto - Cubos de carne ao molho - Aipim sauté - Saladas	- Arroz b./ Integral - Feijão preto - Panqueca de frango - Saladas
LANCHE DA TARDE	- Buffet de Frutas - Pão Massinha com requeijão	- Buffet de Frutas - Pão Francês com requeijão	- Buffet de Frutas - Sanduíche Natural	- Buffet de Frutas - Torrada de queijo	- Buffet de Frutas - Pizza de queijo com orégano	- Buffet de Frutas - Pão de queijo	- Buffet de Frutas - Pão Bisnaguinha com manteiga	- Buffet de Frutas - Pão Francês com Manteiga	- Buffet de Frutas - Pão Bisnaguinha com requeijão	- Buffet de Frutas - Pão Francês com manteiga
PRÉ JANTA	- Arroz/ Feijão - Carne com molho - Salada	- Arroz/ Feijão - Frango ao sugo - Salada	- Arroz/ Feijão - Frango desfiado - Salada	- Arroz/ Feijão - Carne com molho - Salada	- Arroz/ Feijão - Frango grelhado - Salada	- Arroz/ Feijão - Guisadinho com ovos - Salada	- Arroz/ Lentilha - Frango grelhado - Salada	- Arroz/ Feijão - Frango ao sugo - Salada	- Arroz/ Feijão - Carne de panela - Salada	- Arroz/ Feijão - Frango com molho - Salada
REFEIÇÃO	26 - Segunda	27 - Terça	28 - Quarta	29 - Quinta	30 - Sexta					
LANCHE	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas	- Buffet de Frutas					
ALMOÇO	- Arroz Integral - Feijão preto - Carreteiro - Ovo cozido/ tempero verde - Saladas	- Arroz b./ Integral - Frango ao sugo - Massa parafuso de legumes - Saladas	- Arroz b. / Integral - Feijão preto - Coraçãozinho grelhado - Legumes no vapor - Saladas	- Arroz b./ Integral - Feijão vermelho - Bife de panela - Omelete de queijo - Saladas	- Arroz b. / Integral - Feijão preto - Frango assado - Saladas					
LANCHE DA TARDE	- Buffet de Frutas - Pizza Marguerita	- Buffet de Frutas - Pão Massinha com molho de carne	- Buffet de Frutas - Sanduíche Natural	- Buffet de Frutas - Pão sovado com requeijão	- Buffet de Frutas - Pão de batata com requeijão					
PRÉ JANTA	- Arroz/ Feijão - Carne grelhado - Salada	- Arroz/ Feijão - Frango grelhado - Salada	- Arroz/ Feijão - Coraçãozinho grelhado - Salada	- Arroz/ Feijão - Carne com molho - Salada	- Arroz/ Feijão - Frango desfiado - Salada					



La  Salle
Dores



LESSA
SAÚDE E SEGURANÇA ALIMENTAR

SAMANTHA MALLMANN LESSA
NUTRICIONISTA • CRN2 7354

51 98416.9963
nutrisamanthalessa@gmail.com