

SEMANA 01

	04 SEGUNDA	05 TERÇA	06 QUARTA	07 QUINTA	08 SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Pãozinho de batata doce + Ameixa	Biscoito caseiro maçã com mel Leite + Uvas	Pãozinho de cenoura com requeijão Leite + Kiwi	Bisnaguinhas com ovos mexidos Leite + Mamão	Bolo de cenoura Leite + Pera
ALMOÇO	Arroz e feijão carioca Frango xadrez Batata rústica Salada: Repolho branco e roxo + cenoura + pepino	Arroz e feijão carioca Ovos Brócolis cozido Salada: Vinagrete	Macarrão Fettuccine ao sugo Isclas de carne Cenoura sauté Salada: Repolho	Arroz e feijão carioca Filé de frango Creme de milho Salada: Alface + cenoura ralada + tomate cereja	Arroz e feijão carioca Carne cozida com legumes Salada: Pepino
LANCHE	Melancia	Salada de frutas	Maça	Abacaxi	Caqui
JANTAR	Risotinho de mignon	Macarrão de abobrinha com ragu de carne	Creme de abóbora cabotia com frango desfiado	Polenta cremosa com carne moída	Purê de batata doce com tiras de frango grelhado

A evolução da consistência da alimentação será realizada gradativamente, de acordo com a aceitação da criança. O cardápio poderá sofrer alterações por alimentos do mesmo valor nutricional, caso haja alguma intercorrência, com autorização prévia da Nutricionista.

Amanda Souza
Nutricionista-CRN3:58737
QUALITECH CONSULTORIA EM NUTRIÇÃO

SEMANA 02

	11 SEGUNDA	12 TERÇA	13 QUARTA	14 QUINTA	15 SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Biscoito caseiro de banana com coco Leite + Banana	Cuscuz cozido no vapor servido com ovo, e queijo cottage Leite	Panqueca de banana com geleia de fruta caseira sem açúcar Leite + Uvas	Pão de beterraba com requeijão e cenoura ralada Leite + Laranja	Cupcake de maça logurte com granola e mel Leite + Maça
ALMOÇO	Arroz e feijão carioca Peixe grelhado Purê de mandioquinha Salada tropical; Alface com pepino.	Arroz e feijão carioca Lagarto assado Chuchu cozido Salada: Alface com pepino	Arroz e feijão carioca Strognoff de carne Batata sauté Salada: Cenoura ralada com repolho	Talharim ao alho e óleo Ragu de frango Abobrinha refogada Salada: Sunomono	Arroz e feijão carioca Carne moída Batata chips Salada: Carpaccio de beterraba com tomate
LANCHE	Manga	Salada de frutas	Banana	Goiaba	Melancia
JANTAR	Escondidinho de frango	Batata baroa com carne bovina e seleta de legumes	Macarrão ao molho com frango	Arroz com brócolis e ovos mexidos	Mandioquinha cozida com carne bovina

A evolução da consistência da alimentação será realizada gradativamente, de acordo com a aceitação da criança. O cardápio poderá sofrer alterações por alimentos do mesmo valor nutricional, caso haja alguma intercorrência, com autorização prévia da Nutricionista.

Amanda Souza
Nutricionista-CRN3:58737
QUALITECH CONSULTORIA EM NUTRIÇÃO

SEMANA 03

	18 SEGUNDA	19 TERÇA	20 QUARTA	21 QUINTA	22 SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Panqueca de banana Leite com chocolate 55%+ Melão	Cookies de aveia com gotas de chocolate + logurte natural com mel e aveia Leite com chocolate 55%	Pão de cenoura com queijo branco Leite com chocolate 55%+ banana	Mini pão de queijo multigrãos Vitamina de Frutas	Bolo de Laranja Leite com chocolate 55% + Mamão
ALMOÇO	Arroz e feijão carioca Filé de frango Mix de legumes assados Salada: Alface	Arroz e feijão carioca Filé de peixe assado Cenoura sauté Salada arco-íris (Alface+ milho cenoura + beterraba + tomate)	Arroz e feijão carioca Ovos Purê de abóbora cabotia Salada: Tomate com pepino	Farfalle ao sugo Bife de panela Brócolis cozido Salada: Mix de folhas	Arroz e feijão carioca Sobrecoxa desossada assada com alecrim Couve refogada Salada: Almeirão com tomate
LANCHE	Melancia	Tangerina	Salada de frutas	Laranja	Uvas
JANTAR	Arroz com jardineira de legume e carne bovina	Raviole de abóbora com lentilha ao molho	Risotinho de mignon	Purê de espinafre com frango em cubos	Panqueca de carne

A evolução da consistência da alimentação será realizada gradativamente, de acordo com a aceitação da criança.
O cardápio poderá sofrer alterações por alimentos do mesmo valor nutricional, caso haja alguma intercorrência,
com autorização prévia da Nutricionista.

Amanda Souza
Nutricionista-CRN3:58737
QUALITECH CONSULTORIA EM NUTRIÇÃO

SEMANA 04

	25 SEGUNDA	26 TERÇA	27 QUARTA	28 QUINTA	29 SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão de aveia com creme de ricota Leite + Manga	Palitinho de tapioca com geléia de morango Vitamina de maçã com banana	Biscoito de arroz com geléia caseira Leite + Uvas	Pão de cenoura com requeijão Leite + Salada de frutas	Cupcake mesclado Leite + Kiwi
ALMOÇO	Arroz e feijão carioca Estrogonofe de frango Chips de batata doce Salada: Salada grega (pepino, tomate cereja e rúcula)	Arroz e feijão carioca Escalopinho de carne Chuchu cozido Salada: Repolho	Arroz Feijoadilha light Couve refogada Salada: Alface com cenoura ralada	Arroz e feijão carioca Peixe grelhado Purê de mandioquinha Salada: Mix de folhas	Penne com brócolis Isclas de frango com cenoura e batata Salada: Grão de bico com tomate
LANCHE	Caqui	Abacaxi	Laranja	Goiaba	Creme de morango
JANTAR	Arroz com cenoura e nuggets de legumes	Purê de couve flor com filé de tilápia	Batata doce cozida ovos cozido e jardineira de legumes	Macarrão de abobrinha com carne moída	Escondidinho de carne seca

A evolução da consistência da alimentação será realizada gradativamente, de acordo com a aceitação da criança. O cardápio poderá sofrer alterações por alimentos do mesmo valor nutricional, caso haja alguma intercorrência, com autorização prévia da Nutricionista.

Amanda Souza
Nutricionista-CRN3:58737
QUALITECH CONSULTORIA EM NUTRIÇÃO