



SEMANA 01

		28 SEGUNDA	29 TERÇA	30 QUARTA	01 QUINTA	02 SEXTA
SEM	CAFÉ DA MANHÃ				Leite Ovos mexidos +iogurte com granola	Leite Bolo de laranja + Banana
	ALMOÇO				Arroz e feijão carioca Frango ao molho Abobrinha cozida Salada: Alface com cenoura ralada	Arroz e feijão carioca Filé de peixe empanado no forno Farofa de cenoura Salada: Tomate
	LANCHE				Abacaxi	Gelatina com frutas
	JANTAR				Macarrão de abobrinha com ragu de carne	Arroz de forno com frango e legumes

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



		05 SEGUNDA	06 TERÇA	07 QUARTA	08 QUINTA	09 SEXTA
SEMANA 02	CAFÉ DA MANHÃ	Leite Pãozinho de cenoura com creme de ricota	Vitamina de frutas Pão de queijo + Banana	Leite Pão de leite com requeijão + Morango	Leite Pãozinho de aveia com queijo branco + Mamão picado	Suco de frutas Cupcake de maça com banana e passas
	ALMOÇO	Arroz e feijão carioca Strogonofe de frango Batata assada Salada grega (pepino, tomate cereja e rúcula)	Arroz e feijão carioca Escalopinho de carne ao molho madeira Almeirão refogado Salada: Mix de folhas	Arroz e feijão carioca Sobrexoa desossada assada com alecrim Caponata de berinjela Salada: Alface com pepino	Farfalle ao molho pomodoro Carne moída Jardineira de legumes Salada: Alface com cenoura ralada	Arroz e feijão carioca Filé de frango creme de milho Salada: Repolho
	LANCHE	Laranja	Maça	Kiwi	Salada de frutas	Tangerina
	JANTAR	Panqueca de frango	Macarrão espaguete com brócolis	Ravióli de abóbora com carne desfiada	Arroz, carne bovina, grão de bico, rabanete e cenoura	Purê de mandioquinha com carne desfiada

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

		12 SEGUNDA	13 TERÇA	14 QUARTA	15 QUINTA	16 SEXTA
SEM	CAFÉ DA MANHÃ	Feriado	Leite Pão de queijo + Laranja	Leite Biscoitinho caseiro de banana com laranja Maça	Leite Broa de fubá + logurte natural com granola	Leite Bolo formigueiro + Pera
	ALMOÇO	Feriado	Espaguete ao molho vermelho Frango desfiado Salteado de legumes Salada: Salada cororenal (alface, ervilha, repolho, pepino, salsão)	Arroz e feijão carioca Tilápia assada com crostas de parmesão Creme de cabotia Salada: Mix de folhas	Arroz e feijão carioca Estrogonofe de frango Cenoura na manteiga Salada: Almeirão com tomate	Arroz e feijão carioca Medalhão de carne moída Brócolis cozido Salada: Alface com tomate
	LANCHE	Feriado	Melão	Salada de frutas	Uvas	Creme de manga
	JANTAR	Feriado	Arroz com jardineira de legumes e escalopinho de carne	Purê de batata-doce com frango em cubinhos Brócolis + cenoura	Escondidinho de carne com purê de mandioca	Risotinho de feijão branco com frango

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

		19 SEGUNDA	20 TERÇA	21 QUARTA	22 QUINTA	23 SEXTA
SEM	CAFÉ DA MANHÃ	Leite Pãozinho de aveia com queijo branco + Banana	Vitamina de frutas + Chupa de queijo	Leite Ovos mexidos iogurte natural com aveia + Morango	Leite Bolo de iogurte + Salada de frutas	Leite Pãozinho de beterraba + Pêra
	ALMOÇO	Arroz e feijão carioca Frango xadrez Chuchu cozido Salada: Repolho	Farfalle ao alho e óleo Escalopinho ao molho madeira com legumes Salada: Sunomono	Arroz e feijão carioca Sobrecosta desossada Purê de batata doce Salada: Alface com tomate	Arroz e feijão carioca Cupim ao molho de laranja Vagem cozida Salada: Cenoura ralada com beterraba	Arroz e feijão carioca Nuggets caseiro Couve flor gratinado Salada: Mix de folhas
	LANCHE	Melão	Laranja	Gelatina com frutas	Uvas	Salada de frutas
	JANTAR	Raviolo de abóbora com lentilha ao molho	Polenta cremosa com carne moída ao molho de tomate e beterraba ralada	Macarrão ao molho de tomate com almôndegas bovinas assadas, brócolis e cenoura	Canja de frango com arroz, batata, cenoura, abóbora e cheiro-verde	Torta assada de frango com legumes

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 05

		26 SEGUNDA	27 TERÇA	28 QUARTA	29 QUINTA	30 SEXTA
SEM	CAFÉ DA MANHÃ	Leite Bisnaguinha com requeijão + Mamão	Leite Panqueca de banana com geleia de fruta caseira sem açúcar	Leite Pãozinho de abóbora com mussarela	Leite Muffin de brócolis com queijo + Manga	Vitamina de frutas Bolo de fubá com coco + Uvas
	ALMOÇO	Arroz e feijão carioca Filé de frango Creme de espinafre Salada: Almeirão	Arroz e feijão carioca Moqueca de peixe Cenoura sauté Salada: Coleslaw (repolho branco, cenoura, cebola roxa molho de iogurte natural)	Arroz Feijoadinha light Farofa de banana da terra Couve refogada Salada: Vinagrete	Farfalle ao molho pomodoro Frango desfiado Jardineira de legumes Salada: Alface com cenoura ralada	Arroz e feijão carioca Estrogonofe de carne Batata sauté Salada: Alface com tomate
	LANCHE	Banana	Manga	Abacaxi	Melancia	Mousse de papaia
	JANTAR	Panqueca de carne com legumes	Macarrão espaguete com brócolis	Arroz com cenoura, frango em cubinhos, abóbora assada e vagem	Lasanha de berinjela com ragu de carne	Risotinho de feijão branco com frango

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