



CARDÁPIO – MÊS DE NOVEMBRO

					5ª Feira (01/11)	6ª Feira (02/11)
1ª Semana	Bebida				Suco de Tangerina	FERIADO
	Fruta				Abacaxi	
	Salgado				Pão francês integral com mussarela de búfala	FINADOS
					Creme de mamão com leite em pó sem lactose	

		2ª Feira (05/11)	3ª Feira (06/11)	4ª Feira (07/11)	5ª Feira (08/11)	6ª Feira (09/11)
2ª Semana	Bebida	Suco de laranja com beterraba	Suco de goiaba	Suco de cajú	Suco de maracujá adoçado com açúcar demerara	NÃO HAVERÁ AULA
	Fruta	Mamão	Manga	Banana, aveia e mel	Kiwi	
	Salgado	Pão de Queijo	Bolinho de banana integral Brownies – restrição alimentar	Pão de beterraba com requeijão orgânico	Ovos mexidos e mini pão francês	MONTAGEM DA 6ª MOSTRA CULTURAL
		Mandioquinha cozida	Queijo branco	Ameixa sem caroço	Sorvete Delicare de morango	

		2ª Feira (12/11)	3ª Feira (13/11)	4ª Feira (14/11)	5ª Feira (15/11)	6ª Feira (16/11)
3ª Semana	Bebida	Suco de manga	Suco de melancia	Vitamina de leite/ Leitíssimo com mamão e maçã	FERIADO	EMENDA DE
	Fruta	Laranja pêra	Maçã	Melão		
	Salgado	Pão de batata com requeijão orgânico	Bolinho de cenoura integral Brownies – restrição alimentar	Barquinhas de tapioca com queijo parmesão e manteiga	PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA	FERIADO
		Tomatinho	Biscoito de polvilho	Batata doce cozida		

		2ª Feira (19/11)	3ª Feira (20/11)	4ª Feira (21/11)	5ª Feira (22/11)	6ª Feira (23/11)
4ª Semana	Bebida	EMENDA DE	FERIADO	Água de coco	Suco de laranja com cenoura	Suco de maracujá adoçado com açúcar demerara
	Fruta			Melancia	Abacaxi	Uva
	Salgado	FERIADO	CONSCIÊNCIA NEGRA	Bisnaguinha de cenoura com manteiga	Queijo coalho	Pão de forma integral com frango desfiado, creme de ricota e cenoura ralada
				Queijo branco com geléia orgânica de goiaba – Romeu e Julieta	Creme de mamão com leite em pó sem lactose	Damasco

		2ª Feira (26/11)	3ª Feira (27/11)	4ª Feira (28/11)	5ª Feira (29/11)	6ª Feira (30/11)
5ª Semana	Bebida	Suco de abacaxi	Suco de tangerina	Limonada batida com açúcar demerara	Suco de laranja	Suco de uva integral
	Fruta	Laranja pêra	Salada de frutas: banana, maçã, mamão, laranja e abacaxi	Pêra	Melão	Manga
	Salgado	Pão francês com manteiga	Bolinho de maçã integral Brownies – restrição alimentar	Pão de nozes com geléia orgânica	G3, G4 e G5 – Torrada integral com ricota, azeite e orégano G1 e G2 – Bisnaguinha integral com creme de ricota	Milho cozido
		Mingau de aveia com leite Leitíssimo	Biscoito de polvilho	Yogurte Grego / Danone Yorgus – restrição alimentar	Sorvete Delicare de baunilha da Polinésia	Nó de búfala

* Os sucos servidos são naturais.

Rosineide Moura de Sousa
Nutricionista
CRN3 - 21407

Atenciosamente,

Gestão do Recanto