



CARDÁPIO – MÊS DE JANEIRO/FEVEREIRO

		-	3ª Feira (29/01)	4ª Feira (30/01)	5ª Feira (31/01)	6ª Feira (01/02)
	Bebida	-	Suco de laranja	Suco de uva integral	Água de coco	Suco de melão
1ª Semana	Fruta	-	Banana	Melancia	Melão	Abacaxi
	Salgado	-	Bisnaguinha com requeijão orgânico	Pão francês com manteiga	Bolinho integral de banana	Pão francês integral com mussarela de búfala
		-	Biscoito de polvilho	Creme de papaia com leite em pó sem lactose	Queijo branco	Ovo de codorna

		2ª Feira (04/02)	3ª Feira (05/02)	4ª Feira (06/02)	5ª Feira (07/02)	6ª Feira (08/02)
	Bebida	Suco de abacaxi	Suco de melancia	Suco de laranja com cenoura	Suco de maracujá adoçado com açúcar demerara	Suco de abacaxi com hortelã
2ª Semana	Fruta	Ameixa	Carambola	Maçã	Banana	Caqui
	Salgado	Pão de batata com creme de ricota	Bisnaguinha de cenoura com manteiga	Pão de queijo	Bolinho integral de maçã	Sanduíche natural: Pão de forma integral com atum em água, cenoura ralada e creme de ricota
		Biscoito de arroz	Nó de búfala	Mini cookies integral	Biscoito de polvilho	Rodelas de pepino

		2ª Feira (11/02)	3ª Feira (12/02)	4ª Feira (13/02)	5ª Feira (14/02)	6ª Feira (15/02)
	Bebida	Suco de manga	Suco de laranja	Suco de uva integral	Água de coco	Suco de melão
3ª Semana	Fruta	Pêssego	Kiwi	Melão	Manga	Mamão (G1 e G2) Uva (G3, G4 e G5)
	Salgado	Bisnaguinha de beterraba com requeijão orgânico	Barquinhas de tapioca com queijo parmesão e manteiga Biscoito de Polvilho	Pão de nozes com geléia orgânica	Pão francês com manteiga	Bolinho integral de cenoura
		Ameixa sem caroço	Queijo branco	Creme de papaia com leite em pó sem lactose	Batata doce cozida	Picolé Delicare morango

		2ª Feira (18/02)	3ª Feira (19/02)	4ª Feira (20/02)	5ª Feira (21/02)	6ª Feira (22/02)
	Bebida	Suco de abacaxi	Suco de melancia	Suco de laranja	Suco de uva integral	Suco de laranja, cenoura e beterraba
4ª Semana	Fruta	Banana	Salada de frutas: mamão, maçã, laranja e abacaxi	Goiaba	Melancia	Melão
	Salgado	Biscoito de arroz com requeijão orgânico	Pão de milho com creme de ricota	Pão de aveia com geléia orgânica	Pão de queijo	Bolinho integral de milho
		Ovo de codorna	Uva passa	Nó de búfala	Cenourinha	Queijo branco

		2ª Feira (25/02)	3ª Feira (26/02)	4ª Feira (27/02)	5ª Feira (28/02)	-
	Bebida	Suco de maracujá adoçado com açúcar demerara	Suco de abacaxi com hortelã	Suco de laranja	Suco de manga	-
5ª Semana	Fruta	Abacaxi	Maçã	Caqui	Pêssego	-
	Salgado	Torrada integral com ricota, azeite e orégano (G3, G4 e G5) Bisnaguinha integral com creme de ricota (G1 e G2)	Sanduíche natural: Pão de forma integral com frango desfiado, creme de ricota e cenoura ralada	Ovos mexidos com pão francês	Queijo coalho (G2, G3, G4 e G5) Bisnaguinha integral com queijo prato (G1 e G2)	-
		Creme de papaia com leite em pó sem lactose	Banana desidratada	Tomatinho	Picolé Delicare caramelo de Bali	-

* Os sucos servidos são naturais.

Atenciosamente,
Gestão do Recanto

Rosineide Moura de Sousa
Nutricionista
CRN3 - 21407