

CARDÁPIO MENSAL

NOVEMBRO 2024

NOVA
escola

NUTRICIONISTA: Roberta Quintiliano

CRN3 46801

ACIMA DE 12 MESES

Sexta-feira

Dia 1

Lanche

Cookie de maçã /Mamadeira

Fruta

Maçã

Almoço

Arroz/Feijão/Carne assada
desfiada/Salada de acelga/
Melão

Lanche

Bolo de cenoura/Suco de fruta

Pré-jantar

Arroz com frango, batata e
abóbora

Segunda-feira

Dia 4

Terça-feira

Dia 5

Quarta-feira

Dia 6

Quinta-feira

Dia 7

Sexta-feira

Dia 8

Lanche

Biscoito de arroz integral/
Mamadeira

Pão de abóbora/Mamadeira

Bolo de mandioca/Mamadeira

Cookie de maçã/Mamadeira

Bolo de laranja/Mamadeira

Fruta

Melancia

Mamão

Banana

Abacaxi

Melão

Almoço

Arroz integral/Feijão/Frango
desfiado/Salada de repolho
colorido/Maçã

Arroz/Feijão/Carne de panela com
batata doce/Salada de vinagre-
te/ Laranja

Arroz integral/Feijão/Frango
assado/ Salada de alface e
pepino/Melão

Arroz/Feijão/Macarrão integral
com brócolis/Frango com chu-
chu/Salada de acelga/ Melancia

Arroz/Feijão/Carne moída com
quibebe/Salada de rúcula com
rabanete/Banana

Lanche

Pão de abóbora/Suco de fruta

Bolo de mandioca/Suco de fruta

Cookie de maçã/Suco de fruta

Bolo de laranja/Chá/Suco de
fruta

Pão caseiro de beterraba/Suco
de fruta

Pré-jantar

Sopa de arroz, berinjela, frango,
couve e lentilha

Sopa de macarrão, abóbora, chu-
chu, frango e feijão carioca

Sopa de mandioquinha, arroz,
brócolis, carne bovina e feijão
fradinho

Sopa de fubá, mandioquinha,
carne bovina, almeirão e vagem

Arroz com frango, cenoura e
abobrinha

Todos os nossos produtos são feitos com ingredientes naturais, sem lactose, corantes, conservantes ou adição de açúcares. CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

CARDÁPIO MENSAL

NOVEMBRO 2024

NOVA
escola

NUTRICIONISTA: Roberta Quintiliano

CRN3 46801

ACIMA DE 12 MESES

	Segunda-feira Dia 11	Terça-feira Dia 12	Quarta-feira Dia 13	Quinta-feira Dia 14	Sexta-feira Dia 15
Lanche	Biscoito de arroz integral / Mamadeira	Bolo de cacau/Mamadeira	Biscoito de tapioca com mandioquinha/Mamadeira	Cookie de banana/Mamadeira	
Fruta	Melancia	Melão	Banana	Maçã	
Almoço	Arroz integral/Feijão/Frango com creme de milho/Salada de acelga/Abacaxi	Arroz/Feijão/Ovos mexidos com couve flor/Salada de vinagrete/ Banana	Arroz integral/Feijão/Feijoadinha light/Salada de couve/Laranja	Arroz/Feijão/Macarrão ao sugo/ Carne moída com vagem/Salada de alface/Melancia	FERIADO
Lanche	Bolo de cacau/Chá/Suco de fruta	Biscoito de tapioca com mandioquinha/Suco de fruta	Cookie de banana/Suco de fruta	Pão de inhame/Suco de fruta	
Pré-jantar	Sopa de arroz, inhame, espi- nafre, feijão branco e carne bovina	Sopa de macarrão, couve flor, abobrinha, feijão carioca e frango	Sopa de mandioca, brócolis, almeirão, feijão branco e carne bovina	Sopa de chuchu, arroz integral, frango, grão de bico e espinafre	
	Segunda-feira Dia 18	Terça-feira Dia 19	Quarta-feira Dia 20	Quinta-feira Dia 21	Sexta-feira Dia 22
Lanche	Biscoito de arroz integral/ Mamadeira	Pão de abobrinha/Mamadeira		Torrada integral/Mamadeira	Pão de batata/Mamadeira
Fruta	Melancia	Melão		Maçã	Abacaxi
Almoço	Arroz integral/Feijão/Frango desfiado/Salada de repolho roxo/Maçã	Arroz/Feijão/Carne assada com batata/Salada de almeirão/ Banana	FERIADO	Arroz/Feijão/Macarrão com couve flor/Frango assado/ Salada de rúcula com pepino/ Mamão	Arroz/Feijão/Omelete de forno com brócolis/Salada de alface/ Laranja
Lanche	Pão de abobrinha/Suco de fruta	Bolo de milho/Chá/Suco de fruta		Pão de batata/Suco de fruta	Bolo de cenoura/ Suco de fruta
Pré-jantar	Sopa de arroz, berinjela, frango, couve e lentilha	Sopa de arroz integral, man- dioca, feijão fradinho, couve flor e carne bovina		Arroz com frango, batata doce, chuchu e abóbora	Sopa de arroz integral, batata, espinafre, feijão branco e frango

Todos os nossos produtos são feitos com ingredientes naturais, sem lactose, corantes, conservantes ou adição de açúcares. CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

CARDÁPIO MENSAL

NOVEMBRO 2024

NOVA
escola

NUTRICIONISTA: Roberta Quintiliano

CRN3 46801

ACIMA DE 12 MESES

	Segunda-feira Dia 25	Terça-feira Dia 26	Quarta-feira Dia 27	Quinta-feira Dia 28	Sexta-feira Dia 29
Lanche	Torrada integral/Mamadeira	Pão de chuchu/Mamadeira	Biscoito de tapioca com mandioquinha/Mamadeira	Pão caseiro de batata doce/ Mamadeira	Cookie de maçã/Mamadeira
Fruta	Maçã	Banana	Melancia	Mamão	Melão
Almoço	Arroz integral/ Feijão/Carne de panela com mandioca/ Salada de chicória/Melão	Arroz/Feijão/Frango desfiado com purê de batata/Salada de tomate e alface/Mamão	Arroz integral/Feijão/ Rocambolê de carne com legumes/Salada de almeirão/ Abacaxi	Arroz/ Feijão/Macarrão inte- gral ao sugo/Frango com chu- chu/Salada de rúcula/Banana	Arroz/Feijão/Macarrão ao sugo/Carne moída com va- gem/Salada de pepino/ Melancia
Lanche	Pão de chuchu/Suco de fruta	Biscoito de tapioca com mandioquinha/Suco de fruta	Pão caseiro de batata doce/ Chá/Suco de fruta	Cookie de maçã/Suco de fruta	Bolo de cacau/Suco de fruta
Pré-jantar	Sopa de macarrão, vagem, couve flor, chuchu e frango	Sopa de abobrinha, arroz, couve, carne bovina e feijão carioca	Sopa de macarrão, chuchu, chicória, frango e grão de bico	Sopa de arroz, brócolis, carne bovina e feijão branco	Sopa de fubá, abobrinha, fran- go, feijão carioca e brócolis

Todos os nossos produtos são feitos com ingredientes naturais, sem lactose, corantes, conservantes ou adição de açúcares. CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.