

## **PROGRAMAÇÃO DE CARDÁPIOS – 2011/2**

<b>Semana</b>	<b>Cardápio</b>	<b>Semana</b>	<b>Cardápio</b>
01 de agosto a 05 de agosto	<b>1</b>	24 de outubro a 28 de outubro	<b>1</b>
08 de agosto a 12 de agosto	<b>2</b>	31 de outubro a 04 de novembro	<b>2</b>
15 de agosto a 19 de agosto	<b>3</b>	07 de novembro a 11 de novembro	<b>3</b>
22 de agosto a 26 de agosto	<b>4</b>	14 de novembro a 18 de novembro	<b>4</b>
29 de agosto a 05 de setembro	<b>1</b>	21 de novembro a 25 de novembro	<b>1</b>
05 de setembro a 09 de setembro	<b>2</b>	28 de novembro a 02 de dezembro	<b>2</b>
12 de setembro a 16 de setembro	<b>3</b>		
19 de setembro a 23 de setembro	<b>4</b>		
26 de setembro a 30 de setembro	<b>1</b>		
03 de outubro a 07 de outubro	<b>2</b>		
10 de outubro a 14 de outubro	<b>3</b>		
17 de outubro a 22 de outubro	<b>4</b>		

**ANA PATRÍCIA ALBUQUERQUE PONTES**  
**NUTRICIONISTA – CRN-6 8158/P**

# Cardápio Semana 1

	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>Lanche Manhã</b>	Suco de Goiaba Biscoito de Leite	Suco de Acerola Banana com Farinha Láctea	Achocolatado Tapiocquinha	Suco de Cajá Pão de Queijo	Suco de Laranja Bolo Formigueiro
<b>Almoço</b>	Creme de Frango / Frango Inteiro ao Forno Repolho e Cenoura Refogados Arroz / Feijão Purê de Batata Suco de Fruta Mamão	Jardineira de Carne Moída / Bife Acebolado Arroz / Feijão Alface com Tomate Macarrão Suco de Fruta Gelatina Colorida	Filé de Frango Grelhado / Frango Cozido com Legumes Salada Cozida de Batata e Cenoura Arroz / Feijão Farofa Simples Suco de Fruta Uvas	Estrogonofe de Carne / Bife Grelhado Salada Colorida (beterraba / cenoura / batata palha) Arroz / Feijão Suco de Fruta Doce de Leite	Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Forno / Cubinhos de Peito de Frango Cozido Baião-de-dois Farofa de Cenoura Suco de Fruta Melão
<b>Lanche Tarde</b>	Suco de Cajá Pão de Leite com Requeijão	Suco de Laranja Bolo de Chocolate	Suco de Caju Banana e Mamão com Mel Karo	Fanta Caseira (laranja + limão + cenoura) Pizza Caseira	Iogurte Biscoito Queijadinha
<b>Jantar</b>	Sopa de Carne com Macarrão e Legumes (abobrinha / batata / cenoura / vagem) Suco de Fruta	Sopa cremosa de Frango Arroz e Cenoura Suco de Fruta	Sopa de Feijão com Macarrão e Cubinhos de Queijo Coalho Torradinhas Suco de Fruta	Sopinha c/ Batata, Arroz, Chuchu e Carne Moída com Suco de Fruta	Canja de galinha (frango / arroz / cenoura / batata / chuchu) Suco de Fruta

# Cardápio Semana 2

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>Lanche Manhã</b>	Suco de Cajá Pão de Leite com Requeijão	Suco de Laranja Bolo de Chocolate	Iogurte Biscoito Queijadinha	Fanta Caseira (laranja + limão + cenoura) Pizza Caseira	Suco de Caju Banana e Mamão com Mel Karo
<b>Almoço</b>	Bife de Panela / Isca de Carne Cozida com Chuchu e Batata Salada de Cenoura com Beterraba Ralada Arroz / Feijão Suco de Fruta Melancia	Estrogonofe de Frango / Frango com Suco de Laranja ao Forno Alface Picadinha e Tomate Arroz / Feijão Batata ao Forno Suco de Fruta Goiabada	Lagarto ao Molho Madeira / Carne Moída ao Molho de Legumes Arroz / Feijão Suco de Fruta Tangerina	Creme de Frango / Peito de Frango Grelhado Arroz / Feijão Abóbora Refogada Farofa com Ovos Suco de Fruta Pudim de Leite	Macarronada a Bolonhesa com Queijo Ralado Suco de Fruta Gelatina
<b>Lanche Tarde</b>	Suco de Acerola Espetinho de Frutas (goiaba, mamão, maçã e uva) com Leite Condensado	Suco de Maracujá Misto Quente	Suco de Laranja Pão Amanteigado ao Forno	Suco de Caju Bolo de Cenoura	Vitamina de Goiaba com Leite Biscoito Salgado com Requeijão
<b>Jantar</b>	Sopa de Lentilha com Macarrão e Carne Moída Torradinhas Suco de Fruta	Creme de Frango Arroz com Brócolis Suco de Fruta	Sopa de Carne com Macarrão e Legumes (abobrinha / batata / cenoura / vagem) Suco de Fruta	Sopa de Carne com Cenoura e Chuchu Purê de Batata Arroz Suco de Fruta	Sopa de Frango com Macarrão e Espinafre (espinafre / batata / cenoura / frango / macarrão) Suco de Fruta

# Cardápio Semana 3

	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>Lanche Manhã</b>	Suco de Acerola Espetinho de Frutas (goiaba, mamão, maçã e uva) com Leite Condensado	Suco de Maracujá Misto Quente	Vitamina de Maracujá com Leite Biscoito Salgado com Requeijão	Suco de Caju Bolo de Cenoura	Suco de Laranja Pão Amanteigado ao Forno
<b>Almoço</b>	Filé de Peixe ao Molho Branco / Carne Assada Arroz Feijão com Beterraba Purê de Batata Suco de Fruta Melão	Picadinho de Carne ao Molho / Bife Grelhado Arroz Feijão com Espinafre Farofa de Cuscuz Suco de Fruta Gelatina	Peito de Frango Grelhado / Peito de Frango ao Molho Branco Arroz com Ervilhas Feijão Farofa Simples Suco de Fruta Melancia	Lagarto ao Molho Madeira / Frango Grelhado Batata com Cenoura Refogadas Arroz / Feijão Suco de Fruta Mousse de Maracujá	Frango com Suco de Laranja ao Forno / Peito de Frango ao Molho Repolho Ralado com Tomate Arroz / Feijão Suco de Fruta Uvas
<b>Lanche Tarde</b>	Suco de Laranja Pão de Leite com Requeijão	Suco de Caju Banana e Mamão com Mel Karo	Suco de Limão Misto Quente	Suco de Maracujá Biscoito de Leite	iogurte com Cereal
<b>Jantar</b>	Canja de Galinha (frango / arroz / cenoura / batata / chuchu) Suco de Fruta	Sopa de Carne Moída com Batata e chuchu Arroz Suco de Fruta	Sopa de Feijão com Macarrão e Carne Moída Torradinhas Suco de Fruta	Sopa cremosa de Frango, Arroz e Cenoura Suco de Fruta	Sopa de Carne com Macarrão e Legumes (abobrinha / batata / cenoura / vagem) Suco de Fruta

# Cardápio Semana 4

	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>Lanche Manhã</b>	Suco de Caju Banana e Mamão com Mel Karo	Suco de Laranja Pão de Leite com Requeijão	Suco com Cereal	Suco de Maracujá Biscoito de Leite	Suco de Limão Misto Quente
<b>Almoço</b>	Risoto de Frango / Frango Grelhado Arroz / Feijão com Couve Flor Tomate com Milho Batata ao Forno Suco de Fruta Melancia	Tirinhas de Carne com Molho de Tomate / Lingüiça de Frango ao Forno Farofa com Cenoura Arroz com Espinafre Feijão com Abóbora Suco de Fruta Doce de Leite	Filé de Peixe com Molho de Legumes / Creme de Frango Arroz Feijão Farofa Simples Suco de Fruta Banana	Almôndegas de Carne / Escondidinho de Carne Moída Arroz Feijão com Beterraba Suco de Fruta Goiabada	Isca de Frango ao Molho / Coxinha de Frango Assada ao Forno Arroz Feijão com Abóbora Suco de Fruta Uvas
<b>Lanche Tarde</b>	Suco de Goiaba Biscoito de Leite	Suco de Acerola Banana com Farinha Láctea	Suco de Laranja Bolo Formigueiro	Suco de Cajá Pão de Queijo	Achocolatado Tapiocinha
<b>Jantar</b>	Sopa Creme de Frango com Legumes (frango / cenoura / batata / couve flor / chuchu / tomate) Suco de Fruta	Sopa de Carne com Cenoura e Chuchu Purê de Batata Arroz Suco de Fruta	Sopa de Ervilha com Macarrão e Cubinhos de Queijo Coalho Torradinhas Suco de Fruta	Creme de Frango Arroz com Cenoura Suco de Fruta	Sopa de Carne com Abóbora (Abóbora / batata / vagem / macarrão / carne) Suco de Fruta