

Cardápio Janeiro 2025

Maternal e Jardim



			01/01/25	02/01/25	03/01/25
Lanche da manhã				Fruta	Fruta
Almoço			FELIZ 2025!!	Arroz Integral Feijão Isclas de gado Purê batata Salada de cenoura	Arroz branco Feijão Frango desfiado ao sugo Massa espaguete Salada de chuchu
Lanche da tarde				Suco natural Biscoito de polvilho Igual ao almoço	logurte Bolo de aveia com maçã Igual ao almoço
Pré Janta					
	06/01/25	07/01/25	08/01/25	09/01/25	10/01/25
Lanche da manhã	Buffet de frutas	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Arroz Integral Feijão Omelete Salada de brócolis	Arroz branco Lentilha Fígado Salada de tomate	Arroz integral Feijão Guisado ao sugo Polenta cremosa Salada de alface	Arroz branco Feijão Isclas de frango Salada de beterraba	Arroz integral Feijão Porco Aipim assado Salada de rúcula
Lanche da tarde	Buffet de frutas	Chá gelado Pão caseiro c/ requeijão	Leite com cacau Bolacha d'água	logurte Torradinhas	Suco natural Bolo de milho
Pré janta	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço
	13/01/25	14/01/25	15/01/25	16/01/25	17/01/25
Lanche da manhã	Buffet de Frutas	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Arroz branco Feijão Ovos mexidos com espinafre Salada de tomate	Arroz integral Feijão Panqueca da Barbie Salada de pepino	Arroz branco Feijão Porco em cubos Batata assada Salada de cenoura	Arroz integral Lentilha Frango ao sugo Massa parafuso Salada de chuchu	Arroz branco Feijão Guisado com milho Salada de beterraba
Lanche da tarde	Buffet de frutas	Vitamina banana Bolacha d'água	Chá Panqueca de banana	Salada de frutas	Suco natural Bolo de uva com canela
Pré janta	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço
	20/01/25	21/01/25	22/01/25	23/01/25	24/01/25
Lanche da manhã	Buffet de Frutas	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Arroz branco Feijão Sufleté de legumes Salada de alface	Arroz integral Lentilha Fígado Polenta cremosa Salada de cenoura	Arroz branco Feijão Frango assado Massa Salada de brócolis	Arroz integral Feijão Peixe a Milanesa Purê de batata Salada de radite	Arroz branco Feijão Almôndega guisado ao sugo Salada de couve- flor
Lanche da tarde	Buffet de frutas	logurte Bolacha d'água	Chá Pão de queijo	Leite com cacau Pão c/ geléia	Suco natural Bolo de coco
Pré janta	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço
	27/01/25	28/01/25	29/01/25	30/01/25	31/01/25
Lanche da manhã	Buffet de Frutas	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Arroz branco Feijão Ovo a parmegiana Salada de pepino	Arroz integral Feijão Porco em cubos Batata doce assada Salada beterraba	Arroz branco Carne de panela Nhoque Salada de alface	Arroz integral Lentilha Guisado Massa gravatinha Salada de tomate	Arroz branco Feijão Frango Salada de cenoura
Lanche da tarde	Buffet de Frutas	Vitamina de abacate Biscoito de maizena	Suco natural Pão com creme de ricota	Leite com cacau Vovó sentada	Chá Brownie
Pré Janta	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço



COOPERATIVA DE NUTRICIONISTAS
CooperNutri

Cardápio sujeito a alterações.