

## CARDÁPIO MÊS DE JUNHO

Semana de **6 a 10/6** e **20 a 24/6**

	2° FEIRA	3° FEIRA	4° FEIRA	5° FEIRA	6° FEIRA
Café da manhã	Pão de forma c/ requeijão + Café com leite	Muffin + Leite com achocolatado	Pão de forma + leite com achocolatado	+ Leite com achocolatado	Ovos mexidos + suco de laranja
Almoço	Arroz + Feijão + Carne moída com purê de batatas	Arroz + Feijão + frango com cubos com mandioquinha	Arroz + Strogonoff de carne com batata palha	Arroz + Feijão Frango cremoso Brócolis refogado	Arroz + Feijão + frango gratinado Milho na manteiga
Lanche da Tarde	Bolacha salgada+ Suco + fruta	Misto quente + Chocolate quente	Mini cará + requeijão Suco	Bolo + Suco	Pão de queijo+ Suco
Jantar	Arroz + Feijão + Hamburguer a parmegiana	Arroz + Feijão + Tirinha de frango acebolada	Arroz + Feijão+ Tirinhas de carne com brócolis	Arroz + Feijão + Frango desfiado	Macarronada com molho de tomate turbinado e carne desfiada
<b>Semana de</b>	<b>13 a 17/6</b>	<b>27 a 30/6</b>			
Café da manhã	Pão francês com manteiga + Café com leite	Rosquinha de leite + Café com leite	Pão de forma com requeijão + Leite com achocolatado	bolo + café com leite	Salada de frutas
Almoço	Arroz + Feijão Kibe assado com Abobrinha ralada	Arroz + Feijão + Fricassê de frango Repolho refogado	Arroz + Feijão + Carne de panela com batata doce Salada de pepino	Arroz + Feijoada Kids Farofa de legumes e ovo	Arroz + Feijão Coxa e sobrecoxa assada com purê de abóbora
Lanche da Tarde	Rosquinha + Fruta +Suco	Pão tipo bisnaguinha com requeijão + Suco + Fruta	Mini hamburgues + Suco	Bolo + Suco	Pão francês com carne moída + Suco
Jantar	Risoto de frango e legumes	Arroz + Feijão Frango desfiado	Arroz+ Feijão Hambúrguer de frango	Arroz + Feijão Tirinha de frango	Macarrão com frango

Elaborado por: Dra Nathália Guedes – Nutricionista (CRN3:15193)