

CARDÁPIO B2 - MAIO 2022
SEM LEITE E TOMATE



| SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|---|---|--|--|--|
| 02/mai Risoto de frango e brócolis (restrição) 150g Banana 100g | 03/mai Sagu de uva 150g sem creme Maçã 100g DESCASCADA | 04/mai Quirera 100g Molho de carne e cenoura (restrição) 120g Mamão fatiado 85g | 05/mai Chá de erva doce 190ml Pizza de frango cenoura ervilha e milho sem leite 80g | 06/mai Suco de polpa de maçã 200ml Pão fatiado sem leite 50g Isclas de carne refogada (restrição) 50g |
| 09/mai Sopa creme de batata cenoura carne e macarrão 150g Banana 100g | 10/mai Polenta 100g Molho de carne e abobrinha (restrição) 50g Maçã 100g DESCASCADA | 11/mai Café com leite de soja 190ml Biscoito sem leite 50g Caqui 100g | 12/mai Suco de polpa de maracujá 200ml Pão fatiado sem leite 50g Isclas de carne refogada (restrição) 50g | 13/mai Arroz 100g Molho de carne e brócolis (restrição) 50g Maçã 100g DESCASCADA |
| 16/mai Suco de polpa de uva 200ml Pão fatiado sem leite 50g Isclas de carne refogada (restrição) 50g | 17/mai Macarrão parafuso 100g Molho de carne batata e cenoura (restrição) 50g Mamão fatiado 85g | 18/mai logurte de soja sabor coco 180g Biscoito cookies integrais sem leite 50g Maçã 100g DESCASCADA | 19/mai Polenta 100g Molho de frango e abobrinha (restrição) 50g Banana 100g | 20/mai Risoto de carne e cenoura (restrição) 150g Maçã 100g DESCASCADA |
| 23/mai Vitamina de Banana com leite de soja 180ml Bolo de maçã e canela sem leite 50g | 24/mai Quirera 100g Molho de frango e cenoura (restrição) 50g Banana 100g | 25/mai Arroz 100g Molho de carne e batata (restrição) 50g Maçã 100g DESCASCADA | 26/mai Suco de polpa de morango 200ml Pão integral sem leite 50g Carne moída com cenoura para pão (restrição) 60g | 27/mai Batata com frango e brócolis (restrição) 200g Melão fatiado 125g |
| 30/mai Café com leite de soja 190ml Bolo de chocolate sem cobertura sem leite 50g | 31/mai Suco de polpa de laranja 200ml Pizza integral de frango cenoura espinafre sem leite 80g | 01/jun | 02/jun | 03/jun |

OBSERVAÇÕES: Aumente e varie o consumo de frutas, legumes e verduras. Elas são ricas em vitaminas, minerais e fibras. As vitaminas e minerais colaboram na manutenção e no bom funcionamento do organismo. E as fibras regulam o funcionamento intestinal, dão sensação de saciedade, e podem atuar prevenindo várias doenças. Este cardápio pertence as escolas de período regular. Para qualquer ocorrência entrar em contato pelos ramais 3654, 3658, 3005