MENU AQUA - ALMOÇO INFANTIL

CARDAPIO AQUA INFANTIL 2017

ALMOÇO Agosto

ITENS/dia	SEG 31	TER 01	QUA 02	QUI 03	SEX 04
SALADA			Alface, tomate, ovo cozido	Alface, cenoura, salada feijão branco	Alface Tomate cereja/hommous
PROTEINA			Carne moída refog. Purê de batatas	Coxa assada/batata doce/ Abóbrinha/tomate/cebola	Quibe recheado/requeijão
GUARNIÇÃO			A + F + AI Escarola	A+ F+AI Vagem	A+ F+ AI Abó/batata/chuchu ao forno
SOBREMESA			Abacaxi c/ raspa limão	Laranja	Pera
ITENS/dia	**SEG 07**	**TER 08**	**QUA 09**	**QUI 10**	**SEX 11**
SALADA	Alface, brócolis, pepino	Alface, tomate, couve	Alface, salada arroz 7 grãos, tomate rodela	Alface, cenoura ralada, salada batata	Alface e acelga tomate cereja
PROTEINA	Almôndega/molho tomate	Fricassê de frango	Tilápia grelhada/purê de abóbora	Estrogonofe de filé	Isca de frango/creme de milho
GUARNIÇÃO	A+ F macarrão/ervilha	A + F + AI Acelga/cenoura (gengibre)	A+ F + AI couve refogada	A+ F + AI Batata ao forno/ Brócolis	A+ F + AI Torta de espinafre/ricota
SOBREMESA	Morango	Doce de choco/fruta	Melão	Pokan	Maçã
ITENS/dia	**SEG 14**	**TER 15**	**QUA 16**	**QUI 17**	**SEX 18**
SALADA	Alface, pepino, beterraba	Alface, tomate e mandioquinha com ervilha	Alface, rúcula e tomate	Alface, beterraba ralada e cenoura rodela	Alface, pepino e salada feijão fradinho/ovo codorna
PROTEINA	Bife de alcatra	Carne moída com tomate	Frango/Abóbrinha ao forno	Peixe empanado assado	Lombo suíno/batata bolinha
GUARNIÇÃO	A+ F+ AI Chuchu c/ batata doce	A+ F+ AI macarrão/vagem refog.	A+ F Escarola	A + F + AI Macarrão/abóbrinha ralada	A + F+ AI ervilha
SOBREMESA	Morangos c. mamão	Laranja	Melancia	Uva	Salada de fruta

MENU AQUA - ALMOÇO INFANTIL

ITENS/dia	SEG 21	TER 22	QUA 23	QUI 24	SEX 25
SALADA	Alface, tomate e milho	Alface, pepino e cenoura	Alface, beterraba e salada de grãos	Alface, tomate cereja e sal. beringela	Alface, sal. acelga e cenoura palito
PROTEINA	Carne assada	Picadinho de filé	Peixe assado (omelete)	Frango cubos c. legumes e grão de bico	Bifinho / batata c/cenoura e abóbora jap. ao forno
GUARNIÇÃO	A+ F+ AI Purê de abobora	A+ F+ AI Escarola refogada	A+F+ Macarrão c/ brócolis	A+ F+ AI Chuchu gratinado	A+ F+ AI Espinafre
SOBREMESA	Uva	Maçã	Pudim/Fruta	Morango	Abacaxi
ITENS/dia	**SEG 28**	**TER 29**	**QUA 30**	**QUI 31**	**SEX 01**
SALADA	Alface, brócolis, pepino	Alface, milho e sal. de couve	Alface, cenoura e beterraba	Alface Brocolis e couve flor	Alface/tomate/ovo cozido
PROTEINA	Estrogonofe	Isca bovina c/ tomate	Frango assado c/ legumes	Peixe grelhado /batata noisette	Fricassê de frango
GUARNIÇÃO	A+ F+ AI Batata ao forno/brócols	A+ F+ AI ervilha Macarrão	A+ F+ AI Vagem	A+F+AI Couve refogada	purê de batata/couve
SOBREMESA	Morango	Melão	Laranja	Melancia	Uva