



CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL JABUTI
Semana de 25/03/2023 a 28/03/2024

Grupo 1 a 5

	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
COLAÇÃO	Maçã	Mamão	<u>Festa da Páscoa</u> Manga e pão da Páscoa.	Melancia	Feriado
ALMOÇO	Feijão mulato, arroz, carne moída, quibebe de abóbora. Davi e Teresa: Ovo	Feijão preto, arroz, salpicão de frango natural com cenoura e milho, acelga refogada.	Lentilha, arroz, peixe a doré, batata sauté e salada. Davi e Teresa: Ovo	Feijão preto, arroz integral, quibe de forno, e salada colorida com beterraba.	Feriado
SOBREMESA	Frutas	Manga	Uva sem caroço	Gelatina	Feriado
LANCHE	logurte natural, granola e banana.	Suco de maracujá e pipoca. G1 e G2: Maçã e biscoito de arroz.	<u>Festa da Páscoa</u> Suco de uva e bolo de cenoura com passas e cacau e pães. G1 e G2: Bolo de cenoura com passas e frutas.	Suco de abacaxi com hortelã e Pão de queijo G1 e G2: Manga e pão de queijo.	Feriado
JANTAR	Feijão mulato, arroz, frango com ervilha e farofa de linhaça com espinafre.	Feijão preto, arroz, Carne com aipim e vagem.	Feijão preto, arroz, ovos cozidos e legumes salteados.	Canja	Feriado
SOBREMESA	Abacaxi	Gelatina	Melancia	Frutas picadas	Feriado

Berçário

	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
COLAÇÃO	Maçã	Mamão Lucas: Melão	Manga	Melancia	Feriado
ALMOÇO	Feijão preto, arroz, batata doce, abobrinha cenoura com carne.	Massa, feijão Inhamé, abóbora e chuchu com frango.	Arroz, feijão, Batata, beterraba e abobrinha com carne	Arroz, feijão Batata doce, abobrinha, cenoura com frango e ovo	Feriado
SOBREMESA	Mamão	Maçã	Pera	Frutas	Feriado
LANCHE	Banana com manga. Lucas: Manga	Pera	Mamão com maçã. Lucas: Maçã	Caqui	Feriado
JANTAR	Feijão preto, arroz, batata doce, abobrinha, cenoura com carne.	Feijão, arroz, Inhamé, abóbora e chuchu com frango e ovo	Feijão preto, arroz, batata doce, beterraba e espinafre com carne.	Massinha, arroz, inhame, abobrinha e cenoura com carne.	Feriado
SOBREMESA	Melão	Maçã	Melancia	Banana Lucas: Manga	Feriado

Supervisão Nutricional Rosana R. Dantas

CRN → 871-00373-2

Cardápio sujeito a alterações.

DICA DA SEMANA:

LIMÃO - BENEFÍCIOS PARA A SAÚDE

DEVIDO À SUA NATUREZA ÁCIDA, O SUCO DE LIMÃO PODE SER TOMADO PARA AUXILIAR A PRODUÇÃO DE SUCOS DIGESTIVOS NO ESTÔMAGO. POR CONTER MUITA VITAMINA C ATUA COMO ANTIOXIDANTE, RENOVADOR DAS CÉLULAS SANGUÍNEAS, FORMAÇÃO DE COLÁGENO E AJUDA A FORTALECER OS MÚSCULOS DO CORPO E VASOS SANGUÍNEOS. O SUCO DE LIMÃO MELHORA O SISTEMA IMUNOLÓGICO MELHORANDO AS INFECÇÕES. UMA BOA DICA É FAZER UM SUCO DE LIMÃO COM MAÇÃ E LIMÃO. PODE USAR APÓS AS REFEIÇÕES EM PEQUENO VOLUME PARA AJUDAR NA DIGESTÃO E NA ABSORÇÃO DO FERRO

RECEITA DE SUCO DE LIMÃO COM MAÇÃ

1 LIMÃO

300ML DE ÁGUA

1 MAÇÃ

MODO DE FAZER,

ESPREMER O LIMÃO, ACRESCENTAR MAÇÃ, AÇÚCAR DE COCO A GOSTO E ÁGUA, BATER TUDO NO LIQUIDICADOR E COAR.