



B1 E MINI MATERNAL

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



01/12/2023	SNACK MANHÃ	ALMOÇO / JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA			
TERÇA-FEIRA			
QUARTA-FEIRA			
QUINTA-FEIRA			
SEXTA-FEIRA	CREPIOCA COM CREME DE RICOTA E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, MOQUEQUINHA DE PEIXE, FAROFINHA DE BANANA DA TERRA E SALADINHA DE TOMATE (VEGETARIANO: MOQUEQUINHA DE LEGUMES)	RABANADA SAUDÁVEL E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	CREPIOCA COM PASTINHA DE TOMATE	X	RABANADA SAUDÁVEL

NOVEMBRO



B1 E MINI MATERNAL

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



04/12 A 08/12	SNACK MANHÃ	ALMOÇO / JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA	OVOS MEXIDOS, MAGIC TOAST COM GELEIA CASEIRA SEM AÇÚCAR E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PANQUECA DE QUEIJO COM LEGUMES AO MOLHO DE TOMATE NATURAL, BRÓCOLIS REFOGADO E SALADINHA DE PEPINO SOBREMESA: GELATINA	BOLO DE PANETTONE E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	OVOS MEXIDOS, MAGIC TOAST COM GELEIA CASEIRA SEM AÇÚCAR	X	BOLO DE PANETTONE
TERÇA-FEIRA	BISCOITOS DE AVEIA COM CACAU E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE DESFIADA AO MOLHO, ABOBRINHA REFOGADA E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: SOJA MOIDA AO MOLHO)	PÃO DE QUEIJO E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	BISCOITOS DE AVEIA COM CACAU	X	PÃO DE BEIJO
QUARTA-FEIRA	PÃO DE FERMENTAÇÃO NATURAL COM PASTINHA DE FRANGO E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PICADINHO DE FRANGO COM BATATA DOCE E CENOURA E SALADINHA DE ALFACE ROXA (VEGETARIANO: BOLINHO DE LEGUMES)	FOCACCIA DE ALECRIM COM TOMATE CEREJA E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	PÃO DE FERMENTAÇÃO NATURAL COM PASTINHA DE BERINJELA	X	FOCACCIA DE ALECRIM COM TOMATE CEREJA
QUINTA-FEIRA	BISCOITINHOS DE POLVILHO E FRUTA DA ESTAÇÃO	MACARRÃO À BOLONHESA, SALADINHA DE LENTILHA TEMPERADA E ALFACE AMERICANA (VEGETARIANO: LENTILHA TEMPERADA)	PIZZINHA DE QUEIJO COM MANJERICÃO E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	BISCOITINHOS DE POLVILHO	X	PIZZINHA DE LEGUMES
SEXTA-FEIRA	PANQUECA AMERICANA (FEITA COM LEITE DE COCO) E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, ISCAS DE PEIXE GRELHADAS, PURÊ DE MANDIOQUINHA E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: HAMBURGUINHO DE LEGUMES)	MILHO COZIDO E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	PANQUECA AMERICANA (FEITA COM LEITE DE COCO)	X	MILHO COZIDO



B1 E MINI MATERNAL

Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN 34407



11/12 A 15/12	SNACK MANHÃ	ALMOÇO / JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)	SNACK TARDE
SEGUNDA- FEIRA	CREAM CRACKER COM PASTINHA DE PEPINO E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, ALMONDEGAS DE CARNE AO MOLHO, BATATA RÚSTICA COM ALECRIM ASSADA E SALADINHA DE ALFACE MIMOSA (VEGETARIANO: ALMONDEGAS DE SOJA)	TORTINHA DE RICOTA COM TOMATE E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	CREAM CRACKER COM PASTINHA DE PEPINO	X	TORTINHA DE LEGUMES
TERÇA-FEIRA	MINI PÃOZINHO FRANCÊS TOSTADINHO COM AZEITE E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FRANGO COZIDO, POLENTINHA CREMOSA E SALADINHA DE ALFACE AMERICANA COM BETERRABA RALADA (VEGETARIANO: BOLINHO DE BATATA COM QUINOA)	BISCOITOS NATALINOS E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	MINI PÃOZINHO FRANCÊS TOSTADINHO COM AZEITE DE OLIVA	X	BISCOITOS NATALINOS
QUARTA-FEIRA	TAPIOCA COM QUEIJO E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJOADINHA COM CARNE DESFIADA, FAROFINHA DE CENOURA, COUVE MANTEIGA REFOGADA E VINAGRETINHO (VEGETARIANO: FEIJOADINHA COM CARNE DE JACA)	BRUSQUETA COM QUEIJO, TOMATE E OREGANO E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	TAPIOCA COM PESTO	X	BRUSQUETA COM TOMATE E OREGANO
QUINTA-FEIRA	CUSCUZ COM OVOS MEXIDOS E FRUTA DA ESTAÇÃO	MACARRÃO AO MOLHO ROSÊ, FRANGO ASSADO, CENOURA REFOGADA E SALADINHA DE ACELGA (VEGETARIANO: HAMBURGUINHOS DE LENTILHA)	PÃOZINHO COM CARNE MALUCA E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	CUSCUZ	X	PÃOZINHO COM CARNE MALUCA DE SOJA
SEXTA-FEIRA	BISNAGUINHA COM PASTINHA DE TOMATE E FRUTA DA ESTAÇÃO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, PEIXE EMPANADO, CHUCHU TEMPERADINHO E SALADINHA VARIADA (VEGETARIANO: ABOBRINHA EMPANADA)	CUPCAKE DE ABOBRINHA COM GOTAS DE CHOCOLATE E FRUTA DA ESTAÇÃO
RESTRIÇÕES	BISNAGUINHA COM PASTINHA DE TOMATE	X	CUPCAKE DE ABOBRINHA COM UVA PASSA ROXA