

Cardápio de AGOSTO 2017

Berçário - BOTAFOGO

	2ª feira	3ª feira 01/ago	4ª feira 02/ago	5ª feira 03/ago	6ª feira 04/ago
COLAÇÃO 		Suco de pêsego Banana / Melão	Suco de laranja Maçã / Melancia	Suco de acerola Banana / Mamão	Suco de maracujá Maçã / Abacaxi
SALADA 		Alface-americana Tomate Rúcula com morango Cenoura baby	Mix de alfaces Tomate Vagem Couve-flor	Alface-romana Tomate Brócolis c/ tomate cereja Legumes	Alface Tomate Alface-americana, cebola roxa, tomate cereja, morango Beterraba cozida
SOPA 		Legumes com frango	Minestrone	Batata baroa	Canja
PRATO PRINCIPAL 		Carne picadinha (Opção: ovo cozido)	Frango grelhado em cubinhos (Opção: carne moída)	Peixe cozido (Opção: ovos mexidos)	Bife cortadinho (Opção: iscas de frango)
		Batata cozida Purê de ervilha Ervilha no azeite	Macarrão Purê de cenoura Cenoura refogada	Purê de legumes Bertalha refogada	Farofa Purê de batata Batata assada
SOBREMESA 		Mamão papaya Laranja	Salada de frutas c/ morango Manga	Picolé de frutas Morango Maçã	Uva Goiaba
SUCO 		Abacaxi Goiaba	Tangerina Limão	Uva Caju	Laranja Acerola
LANCHE 		Suco de manga Mini francês com queijo minas Maçã / Pera	Suco de maracujá Mini burrecas Banana / Goiaba	Suco de melancia Bolo Maçã / Manga	Suco de tangerina Brioche com ricota Banana / Maçã






Servimos diariamente arroz branco, feijão e proteína de soja.

Os sucos são de polpa de fruta.

VEGETAL DA SEMANA: MORANGO

Cardápio de AGOSTO 2017

Berçário - BOTAFOGO


	2ª feira 07/ago	3ª feira 08/ago	4ª feira 09/ago	5ª feira 10/ago	6ª feira 11/ago
COLAÇÃO 	Suco de tangerina Maçã / Melão	Suco de maracujá Banana / Melancia	Suco de caju Maçã / Manga	Suco de laranja com morango Banana / Mamão □	Suco de uva Maçã / Laranja
SALADA 	Alface romana Tomate Salada dixie Beterraba cozida	Alface crespa Tomate Berinjela Grão-de-bico	Alface americana Tomate Batata baroa com salsa Cenoura ralada	Mix de alfaces Tomate Rúcula com cebola, jabuticaba e palmito Abóbora com cebola	Alface Tomate Geleia de jabuticaba com torrada Seleta de legumes
SOPA 	Ervilha	Legumes com carne	Cebola	Canja	Feijão com massinha
PRATO PRINCIPAL 	Frango assado desfiado (Opção: iscas de carne ao molho madeira)	Carne moída (Opção: iscas de frango)	Peixe à milanesa (Opção: ovos mexidos)	Cubinhos de carne (Opção: iscas de frango)	Frango grelhado em cubos (Opção: ovo cozido)
	Batata calabresa no molho de tomate e orégano Aquião no molho	Arroz com lentilha Abobrinha refogada	Macarrão Brócolis	Farofa Couve	Batata ao forno Repolho roxo
SOBREMESA 	Jabuticaba Manga	Melão Banana	Salada de frutas com jabuticaba Melancia	Abacaxi Goiaba	Mamão Uva
SUCO 	Abacaxi Caju	Laranja Acerola	Uva Maracujá	Morango Manga	Tangerina Melancia
LANCHE 	Batido de leite com banana Broa de milho com queijo prato Banana / Uva thompson	Suco de abacaxi Milho cozido Maçã / Pera	Suco de goiaba Bolo Banana / Laranja	Suco de pêsego Pão de forma integral com requeijão Maçã / Salada de frutas	Iogurte Biscoito de polvilho Banana / Maçã

Servimos diariamente arroz branco, feijão e proteína de soja.

Os sucos são de polpa de fruta.

VEGETAL DA SEMANA: JABUTICABA

Cardápio de AGOSTO 2017 Berçário - BOTAFOGO

	2ª feira 14/ago	3ª feira 15/ago	4ª feira 16/ago	5ª feira 17/ago	6ª feira 18/ago
COLAÇÃO 	Suco de Manga Maçã / Melão	Suco de caju Banana / Mamão	Suco de abacaxi Maçã / Manga	Suco de tangerina Banana / Melancia	Suco de maracujá Maçã / Pera
SALADA 	Alface crespa Tomate Tomate, cebola, petit pois Abobrinha	Alface roxa Tomate Salada de vagem com gergelim Beterraba ralada	Alface-americana Tomate Chuchu Milho	Alface-romana Tomate Legumes Abóbora à campanha	Mix de folhas Tomate Grão-de-bico com cenoura Salada de vagem macarrão milho e tomate
SOPA 	Canja	Caldo verde	Abóbora	Feijão com massinha	Legumes com carne
PRATO PRINCIPAL 	Cubos de carne (Opção: ovo cozido)	Iscas de frango grelhadas (Opção: carne moída)	Salmão desfiado (Opção: ovos mexidos)	Frango ensopado desfiado (Opção: carne picadinha)	Carne moída (Opção: iscas de frango)
	Batata assada Purê de legumes Vagem refogada	Macarrão Purê de couve-flor Couve-flor com cenoura	Arroz colorido Purê de brócolis Batata bolinha com vagem, brócolis e ovos de codorna	Farofa Purê de cenoura Quiabo	Purê de batata Berinjela ao forno com tomate
SOBREMESA 	Melancia Abacaxi	Manga Melão	Gelatina de morango natural (fruta) Banana	Mamão Laranja	Salada de frutas Uva thompson
SUCO 	Laranja Acerola	Tangerina Melancia	Uva Maracujá	Caju Morango	Goiaba Manga
LANCHE 	Suco de uva Mini árabe com cream cheese Banana / Pera	Suco de laranja Pão de queijo Maçã / Uva thompson	Suco de melancia Brioche com geleia Banana / Goiaba	Suco de abacaxi Mini francês com queijo minas	Suco de laranja Mini gergelim com requeijão Banana / Maçã

Servimos diariamente arroz branco, feijão e proteína de soja.

Os sucos são de polpa de fruta.








VEGETAL DA SEMANA: VAGEM



Para contato com a nutricionista, ligue para 2539-1845
ou use o e-mail: nutricionista.botafogo@liessin.com.br

Cardápio de AGOSTO 2017

Berçário - BOTAFOGO

	2ª feira 21/ago	3ª feira 22/ago	4ª feira 23/ago	5ª feira 24/ago	6ª feira 25/ago
COLAÇÃO					
	Suco de morango Maçã / Mamão	Suco de laranja Banana / Manga	Suco de pêsego Maçã / Melão	Suco de caju Banana / Abacaxi	Suco de manga Maçã / Uva thompson
SALADA					
	Alface crespa Tomate Cenoura cozida Repolho	Alface-romana Tomate Pepino Salada de batata com tomate cereja	Alface lisa Tomate Abobrinha Ovo de codorna	Alface-americana Tomate Feijão fradinho com atum Chuchu	Alface-romana Tomate Beterraba cozida Salada de rúcula, melancia e cebola roxa
SOPA					
	Feijão com macarrão argolinha	Canja	Mineira	Creme de legumes	De cenoura
PRATO PRINCIPAL					
	Cubinhos de frango (Opção: carne moída)	Carne picadinha (Opção: ovo cozido)	Filé de frango em quadradinhos (Opção: churrasquinho de carne)	Peixe cozido (Opção: ovos mexidos)	Carne assada em cubos (Opção: iscas de frango)
	Farofa Purê de batata com couve Couve refogada	Purê de batata baroa Acelga refogada	Batata doce assada Purê de legumes Cenoura, chuchu, vagem, brócolis	Macarrão Purê de couve-flor Couve-flor gratinada	Arroz maluco Purê de abóbora Abóbora □
SOBREMESA					
	Manga Goiaba	Salada de frutas com melancia Mamão	Melancia Uva	Melancia com melão Banana	Abacaxi Maçã
SUCO					
	Melancia Maracujá	Caju Goiaba	Manga Morango	Uva Tangerina	Pêssego Laranja
LANCHE					
	Suco de uva Mini coió com ricota Banana / Laranja	Leite com morango Croissant integral com queijo minas Maçã /Pera	Suco de maracujá Bolo Banana / Goiaba	Suco de morango Mini francês com cream cheese Maçã / Banana	Aniversariante do mês

Servimos diariamente arroz branco, feijão e proteína de soja.

Os sucos são de polpa de fruta.





VEGETAL DA SEMANA: MELANCIA



Para contato com a nutricionista, ligue para 2539-1845
ou use o e-mail: nutricionista.botafogo@liessin.com.br

Cardápio de AGOSTO 2017

Berçário - BOTAFOGO

	2ª feira 28/ago	3ª feira 29/ago	4ª feira 30/ago	5ª feira 31/ago	6ª feira
COLAÇÃO					
	Suco de acerola Maçã / Melão	Suco de manga Banana / Mamão	Suco de laranja Maçã / Manga	Suco de maracujá Banana / Abacaxi	
SALADA					
	Alface Tomate Tabule Vagem, tomate, ovo de codorna	Alface Tomate Pepino Ratatouille	Alface Tomate Picles Batata com cenoura	Alface Tomate Salada de pepino com manga Brócolis com cebola roxa e tomate	
SOPA					
	Ervilha	Canja	Caldo verde	Legumes	
PRATO PRINCIPAL					
	Cubos de frango grelhados (Opção: iscas de carne)	Carne moída (Opção: ovo cozido)	Frango assado desfiado (Opção: iscas de carne)	Peixe cozido (Opção: ovos mexidos)	
	Macarrão Purê de cenoura Cenoura baby	Nhoque Purê de batata doce Agrião no bafo	Farofa Purê de milho Milho cozido	Macarrão Purê de batata com espinafre	
SOBREMESA					
	Uva Manga	Abacaxi Maçã	Salada de frutas Mamão	Banana Melão	
SUCO					
	Laranja Acerola	Maracujá Goiaba	Melancia Caju	Uva Manga	
LANCHE					
	Suco de morango Pão de forma com pasta de atum Banana / Melancia	Suco de uva Mini pizza de muçarela Maçã / Pera	Suco de tangerina Bolo Banana / Goiaba	Suco de melancia Mini francês com requeijão Maçã / Uva thompson	

Servimos diariamente arroz branco, feijão e proteína de soja.

Os sucos são de polpa de fruta.

VEGETAL DA SEMANA: PEPINO