

CARDÁPIO SEMANAL

SEGUNDA
15/09

PÃO BRIOCHE
(CREME DE RICOTA)

SUCO DE MORANGO

FRUTAS COM IOGURTE

SALADA DE ALFACE
E REPOLHO

ARROZ
BRANCO/INTEGRAL

FEIJÃO PRETO

OVOS MEXIDOS

ABROBRINHA
COZIDA

TERÇA
16/09

BOLO DE BANANA (UVA
PASSA)

SUCO DE ACEROLA

FRUTAS PICADAS

BRÓCOLIS +
CENOURA COZIDA

ARROZ
BRANCO/INTEGRAL

FEIJÃO PRETO

PEIXE

PURÊ DE BATATA

QUARTA
17/09

PÃO DE QUEIJO

VITAMINA FRUTAS

FRUTAS PICADAS

SALADA DE
BETERRABA

ARROZ
BRANCO/INTEGRAL

FEIJÃO PRETO

LAGARTO
LEGUMES COZIDOS
(BATATA E
CENOURA)

QUINTA
18/09

PÃO DE SAL (PATÊ
FRANGO)

SUCO MELANCIA

FRUTAS

SALADA DE COUVE
+ PEPINO

ARROZ
BRANCO/INTEGRAL

FEIJÃO PRETO

CARNE BOVINA EM
CUBOS
PURÊ DE BATAT
BAROA

SEXTA
19/09

BOLO DE CENOURA

SUCO DE ACEROLA

BANANA COZIDA

SALADA ALFACE +
REPOLHO

ARROZ
BRANCO/INTEGRAL

FEIJÃO PRETO

FRANGO
ENSOPADO

POLENTA

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES
EM CASO DE RESTRIÇÕES ALIMENTARES, OUTRAS PREPARAÇÕES
SERÃO OFERECIDAS ÀS CRIANÇAS.

LANCHE

ALMOÇO / JANTAR

APÓS O ALMOÇO OFERECEREMOS AS FRUTAS DA SEMANA:
BANANA, LARANJA, MAMÃO, MELÃO, UVA, MELANCIA...

CRUARTE
COLÉGIO DE APLICAÇÃO
CENTRO DE EDUCAÇÃO - UFES



Acesse: criarte.ufes.br