

Sugestão de cardápio

Fevereiro – Infantil

Dia	Prato principal	Bebida	Fruta	Legume	Orientações
08	Pão de queijo	Suco de laranja	Banana ou laranja	Alface ou abóbora cozida	Ver a receita ou orientação de compra do pão de queijo
09	Bolo de cenoura	Suco de uva	Maçã ou ameixa	Tomate cereja ou abobrinha cozida	Ver a receita do bolo
10	Biscoito polvilho + cookie integral doce	Suco de maçã	Uva ou melão	Cenoura baby ou batata doce	Ver a receita ou orientação de compra do cookie
13	Mini-pizza de queijo branco, tomate e orégano	Suco de abacaxi	Banana ou goiaba	Pepino ou beterraba cozida	Ver a receita da mini-pizza e a orientação de compra do pão
14	Iogurte natural + mel + granola + biscoito polvilho	Água de coco	Maçã ou manga	Alface ou batata inglesa cozida	Enviar os ingredientes separadamente. Veja a orientação de compra de iogurte e granola
15	Pão de queijo	Suco de maçã	Uva ou melancia	Tomate cereja ou abóbora cozida	Ver a receita ou orientação de compra do pão de queijo
16	Bolo de fubá	Suco de maracujá	Banana ou laranja	Cenoura baby ou abobrinha cozida	Ver a receita do bolo
17	Torrada de pão sírio + queijo cottage + geleia de fruta	Suco de uva	Maçã ou ameixa	Pepino ou batata doce	Enviar os ingredientes separadamente. Ver a orientação de compra e receitas
23	Pão de queijo	Suco de laranja	Uva ou mamão	Alface ou beterraba cozida	Ver a receita ou orientação de compra do pão de queijo
24	Mini-pizza de queijo muçarela com brócolis	Suco de abacaxi	Banana ou goiaba	Tomate cereja ou batata inglesa cozida	Ver a receita da mini-pizza e a orientação de compra do pão
27	Pão de mandioca + patê de frango	Água de coco	Maçã ou manga	Pepino ou abóbora cozida	Enviar os ingredientes separadamente. Ver a orientação de compras e receitas
28	Bolo de mel	Suco de maracujá	Uva ou melancia	Cenoura baby ou beterraba cozida	Ver a receita do bolo