

CMEI RAIOS DE LUZ

DEZEMBRO/2021

Maternal C, D e E

2 a 4 anos

PERÍODO PARCIAL: Lanche 1: 08:30/13:30

Lanche 2: 10:00/15:00



Segunda feira

Terça feira

Quarta feira - 01/12

Quinta feira - 02/12

Sexta feira - 03/12

Lanche da
manhã/tarde:
Banana

Lanche da
manhã/tarde:
Mamão

Lanche da
manhã/tarde:
Maça

Almoço/lanche da
tarde:

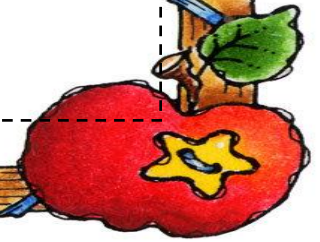
Almoço/lanche da
tarde:

Almoço/lanche da
tarde:

Alface/couve-flor
Macarrão espaguete
Carne de frango
Kiwi/manga

Repolho/cenoura
Feijão, arroz, carne de
porco
Laranja

Sopa de capeleti com
frango e legumes
Melancia



Daniela Aline Vaz Preto

Nutricionista CRN8 /6614

CMEI RAIO DE LUZ

DEZEMBRO/2021

Maternal C, D e E

2 a 4 anos

PERÍODO PARCIAL: Lanche 1: 08:30/13:30

Lanche 2: 10:00/15:00



Segunda feira - 06/12

**Lanche da
manhã/tarde:**
Melão

**Almoço/lanche da
tarde:**
Repolho/tomate
Risoto de frango
Maça

Terça feira - 07/12

**Lanche da
manhã/tarde:**
Pão com margarina

**Almoço/lanche da
tarde:**
Beterraba
Arroz, feijão, batata
sauté, carne de gado
refogada

Quarta feira - 08/12

**Lanche da
manhã/tarde:**
Laranja

**Almoço/lanche da
tarde:**
Couve-flor/pepino
Polenta
Carne de frango ao
molho
Kiwi/manga

Quinta feira - 09/12

**Lanche da
manhã/tarde:**
Banana

**Almoço/lanche da
tarde:**
Acelga/cenoura
Arroz, feijão
Farofa de couve com
ovos
Laranja

Sexta feira - 10/12

**Lanche da
manhã/tarde:**
Manga

**Almoço/lanche da
tarde:**
Sopa de legumes com
frango (abobrinha,
batata, cenoura)
Maça

Daniela Aline Vaz Preto

Nutricionista CRN8 /6614

CMEI RAIOS DE LUZ

DEZEMBRO/2021

Maternal C, D e E

2 a 4 anos

PERÍODO PARCIAL: Lanche 1: 08:30/13:30

Lanche 2: 10:00/15:00



Segunda feira - 13/12

**Lanche da
manhã/tarde:**
Maça

**Almoço/lanche da
tarde:**

Acelga/cenoura

Polenta com carne
moída ao molho

Manga

Terça feira - 14/12

**Lanche da
manhã/tarde:**
Pão de queijo

**Almoço/lanche da
tarde:**

Repolho/tomate

Arroz, Feijão

Mandioca e carne de
gado ao molho

Quarta feira - 15/12

**Lanche da
manhã/tarde:**
Banana

**Almoço/lanche da
tarde:**

Vagem/chuchu

Quirera com carne de
porco

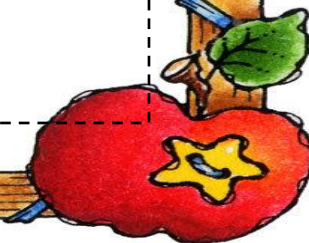
Melancia

Quinta feira - 16/12

**Encerramento com
Pais/responsáveis**

Sexta feira - 17/12

Término das aulas



Daniela Aline Vaz Preto

Nutricionista CRN8 /6614