

# Cardápio Dinâmico

## Educação Infantil



Nutricionista Responsável: Carla Iespa Garcia  
CRN 08100993

### COLAÇÃO

#### Semanas de Novembro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 06/11	Laranja
3ª feira Dias 07/11 e 21/11	Abacaxi
4ª feira Dias 08/11 e 22/11	Manga
5ª feira Dias 09/11 e 23/11	Banana
6ª feira Dias 10/11 e 24/11	Laranja

#### Semanas de Novembro: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 13/11 e 27/11	Maçã
3ª feira Dias 14/11 e 28/11	Melancia
4ª feira Dias 29/11	Melão laranja
5ª feira Dias 16/11 e 30/11	Laranja
6ª feira Dias 17/11 e 01/12	Manga

### ALMOÇO/JANTAR

#### Semanas de Novembro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 06/11	Fusilli com sálvia, arroz (integral + branco)(o.p), feijão mulatino, , carne moída colorida e saladinha de alface
3ª feira Dias 07/11 e 21/11	Arroz (integral + branco), feijão preto com agrião, sobrecoxa ensopada, quibebe e saladinha de beterraba
4ª feira Dias 08/11 e 22/11	Arroz (integral + branco), feijão preto com bortalha, carne assada ao molho, purê de batata e saladinha de brócolis
5ª feira Dias 09/11 e 23/11	Arroz (integral + branco), feijão preto com espinafre, frango ao alecrim, farofa de ovos e saladinha de chicória
6ª feira Dias 10/11 e 24/11	Arroz (integral + branco), feijão preto com bortalha, bife de panela, creme de milho e saladinha de vagem

#### Semanas de Novembro: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 13/11 e 27/11	Espaguete à bolonhesa, feijão preto com agrião, cenoura refogada e saladinha de acelga
3ª feira Dias 14/11 e 28/11	Arroz (integral + branco), feijão carioca, frango ensopado, purê misto e saladinha de tomate
4ª feira Dias 29/11	Arroz (integral + branco), feijão preto com espinafre, picadinho de carne, farofa nutritiva e saladinha de chicória
5ª feira Dias 16/11 e 30/11	Arroz com brócolis, feijão preto com bortalha, frango desfiado e salada de repolho roxo
6ª feira Dias 17/11 e 01/12	Arroz (integral + branco), feijão preto com couve, ovos mexidos, panache de legumes e saladinha de tomate

### SOBREMESAS

#### Semanas de Novembro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 06/11	Banana
3ª feira Dias 07/11 e 21/11	Melão
4ª feira Dias 08/11 e 22/11	Maçã
5ª feira Dias 09/11 e 23/11	Mamão
6ª feira Dias 10/11 e 24/11	Maçã

#### Semanas de Novembro: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 13/11 e 27/11	Laranja
3ª feira Dias 14/11 e 28/11	Mamão
4ª feira Dias 29/11	Banana
5ª feira Dias 16/11 e 30/11	Maçã
6ª feira Dias 17/11 e 01/12	Abacaxi

### LANCHE DA TARDE

#### Semanas de Novembro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 06/11	Suco de limão Fruta Biscoito polvilho
3ª feira Dias 07/11 e 21/11	Suco de melancia Fruta Bolo de laranja
4ª feira Dias 08/11 e 22/11	Suco de maracujá Fruta Pão coió com pasta de cenoura
5ª feira Dias 09/11 e 23/11	Suco de laranja Salada de frutas
6ª feira Dias 10/11 e 24/11	Suco de abacaxi com hortelã e torradinha integral com azeite

#### Semanas de Novembro: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 13/11 e 27/11	Suco de manga Fruta Biscoito maisena
3ª feira Dias 14/11 e 28/11	Suco de abacaxi Fruta Bolo de cenoura
4ª feira Dias 29/11	Suco de manga Fruta Sanduiche integral com queijo minas
5ª feira Dias 16/11 e 30/11	Suco de maracujá Salada de frutas
6ª feira Dias 17/11 e 01/12	Suco de laranja Fruta Bisnaguinha com requeijão

Obs.: O cardápio poderá sofrer alterações por alimentos de mesmo valor nutricional, caso haja alguma intercorrência, com autorização prévia da Nutricionista.. No lanche, caso o aluno não aceite o lanche proposto, o mesmo será substituído por biscoito cream cracker ou biscoito maisena.