

Cardápio Dinâmico

Educação Infantil



Nutricionista Responsável: Carla Iespa Garcia
CRN 08100993

COLAÇÃO

Semanas de Dezembro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 04/12 e 18/12	Laranja
3ª feira Dias 05/12 e 19/12	Melancia
4ª feira Dias 06/12 e 20/12	Manga
5ª feira Dias 07/12	Abacaxi
6ª feira Dias 08/12	Laranja

Semanas de Dezembro: 2ª e 4ª

2ª feira Dia 11/12	Laranja
3ª feira Dias 12/12	Manga
4ª feira Dias 13/12	Laranja
5ª feira Dias 14/12	Maçã
6ª feira Dias 15/12	Abacaxi

ALMOÇO/JANTAR

Semanas de Dezembro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 04/12 e 18/12	Espaguete ao sugo, arroz (integral + branco - o.p), feijão preto com couve, carne moída e saladinha de cenoura
3ª feira Dias 05/12 e 19/12	Arroz (integral + branco), feijão preto com bertalha, frango ensopado, purê de batata e saladinha de alface e beterraba
4ª feira Dias 06/12 e 20/12	Arroz (integral + branco), feijão preto com espinafre, carne ensopadinha, farofa esperta e saladinha de brócolis
5ª feira Dias 07/12	Arroz (integral + branco), feijão mulatinho, omelete colorido (com cenoura e couve) e saladinha de alface
6ª feira Dias 08/12	Arroz (integral + branco), feijão com bertalha, bife de panela, quibebe e saladinha de tomate

Semanas de Dezembro: 2ª e 4ª

2ª feira Dia 11/12	Penne à bolonhesa, arroz (integral + branco - o.p), feijão preto com agrião e cenoura refogada
3ª feira Dias 12/12	Arroz (integral + branco), feijão mulatinho, ovos mexidos e saladinha de brócolis e beterraba
4ª feira Dias 13/12	Arroz (integral + branco), feijão preto com agrião, iscas de carne e saladinha de couve-flor
5ª feira Dias 14/12	Arroz (integral + branco), feijão preto com espinafre, frango picadinho, legumes ao vapor e salada de tomate
6ª feira Dias 15/12	Arroz (integral + branco), feijão preto com couve, carne assada, farofa e saladinha de chicória refogada

SOBREMESAS

Semanas de Dezembro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 04/12 e 18/12	Maçã
3ª feira Dias 05/12 e 19/12	Banana
4ª feira Dias 06/12 e 20/12	Laranja
5ª feira Dias 07/12	Mamão
6ª feira Dias 08/12	Abacaxi

Semanas de Dezembro: 2ª e 4ª

2ª feira Dia 11/12	Mamão
3ª feira Dias 12/12	Maçã
4ª feira Dias 13/12	Banana
5ª feira Dias 14/12	Melancia
6ª feira Dias 15/12	Melão

LANCHE DA TARDE

Semanas de Dezembro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 04/12 e 18/12	Suco de melancia Fruta Biscoito integral com requeijão
3ª feira Dias 05/12 e 19/12	Suco de laranja Fruta Bolo simples
4ª feira Dias 06/12 e 20/12	Suco de limão Fruta Mini francês com queijo minas
5ª feira Dias 07/12	Suco de maracujá Salada de frutas
6ª feira Dias 08/12	Suco de manga Fruta Pão de queijo caseiro

Semanas de Dezembro: 2ª e 4ª

2ª feira Dia 11/12	Suco de limão Fruta Biscoito polvilho salgado
3ª feira Dias 12/12	Suco de melão Fruta Bolo de laranja
4ª feira Dias 13/12	Suco de maracujá Fruta Broinha de milho com manteiga
5ª feira Dias 14/12	Suco de manga Salada de frutas
6ª feira Dias 15/12	Suco de laranja Fruta Cookie de aveia caseiro

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. (o.p) - opcional