

CARDÁPIO BERÇÁRIO CONTOS E CORES

Mês: JUNHO 2018

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
1ª SEMANA e 3ª SEMANA					
Segunda-Feira	Banana Cozida	Arroz Caldinho de Feijão vermelho Omelete verde Tomate	Melão	Sopa de macarrão com Carne e legumes	Fruta da estação
Terça-feira	Manga	Carne picadinha com molho Purê de batata com abóbora Cenoura	Tangerina	Supersopa de fígado	Fruta da estação
Quarta-feira	Purê de cenoura com laranja	Arroz Caldinho de Feijão preto Carne suína Berinjela e alface	Maça Cozida	Sopa de batata com cenoura e frango	Fruta da estação
Quinta-feira	Abacate com banana	Sobrecoxa de frango assada Polenta cremosa Beterraba e pepino	Laranja	Macarrão primavera (carne moída, milho e ervilha)	Fruta da estação
Sexta-feira	Perá	Arroz com cenoura Caldo de Feijão preto Moela Chuchu e abóbora	Creme de Goiaba com Banana	Caldinho de frango com legumes	Fruta da estação
2ª SEMANA E 4ª SEMANA					
Segunda-feira	Maça	Arroz Caldinho de Feijão misto Ovos mexidos com tomate Cenoura	Mamão com farinha de aveia	Canja	Fruta da estação
Terça-feira	Melão	Picadinho de carne com legumes Purê de aipim com batata Vagem	Abacate	Purê de batata doce, cenoura e frango molho	Fruta da estação
Quarta-feira	Mamão	Arroz Lentilha Filé de peixe empanado Abóbora e tomate	Melancia	Sopa de músculo com legumes	Fruta da estação
Quinta-feira	Tangerina	Iscas de frango refogada Macarrão conchinha Brócolis e beterraba	Creme de carambola	Risoto de Brócolis com carne	Fruta da estação
Sexta-feira	Banana	Arroz Caldinho de Feijão vermelho Bolo de carne recheado com legumes	Goiaba	Caldinho verde com aletria	Fruta da estação

Cardápio sujeito a alteração de acordo com a sazonalidade e/ou entrega dos produtos

- *As crianças recebem as frutas de acordo com a particularidade de cada uma.
- Bebes em introdução alimentar receberam as frutas cozidas ou cruas amassadas com garfo. Conforme a evolução passará a ser oferecida para a criança a fruta cortada, sem casca, sem sementes ou caroço.
- O mesmo ocorre com as refeições salgadas. A finalização do prato respeita a individualidade de cada criança. Nenhum alimento é processado ou liquidificado, todos são bem cozidos de modo que possam ser amassados com o garfo.

CARDÁPIO INFANTIS CONTOS E CORES

Mês: JUNHO 2018

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
1ª SEMANA e 3ª SEMANA					
Segunda-feira	Pão de sanduiche com Requeijão	Arroz parboilizado Feijão vermelho Omelete do Brasil (tempero verde) Salada	Fruta da estação	Sopa de Macarrão, Carne e legumes	Fruta da estação
Terça-feira	Bolo integral de maracujá	Arroz Estrogonofe de filé Batata chips assada Salada	Fruta da estação	Pizza de queijo, tomate e manjeriço Opção Infantil I: Super Sopa de figádo	Fruta da estação
Quarta-feira	Misto frio	Arroz ½ a ½ Feijão preto Bisteca suína Berinjela Chips Assada Salada	Fruta da estação	Sopa de batata com cenoura e frango	Fruta da estação
Quinta-feira	Pão caseiro com patê (requeijão, queijo, tomate e orégano)	Arroz Sobrecoca de frango assada com molho Polenta cremosa Salada	Fruta da estação	Macarronada a primavera (carne moída com milho, cenoura e ervilha)	Fruta da estação
Sexta-feira	Bolo de leite de coco	Arroz com cenoura Feijão preto Moela acebolada Salada	Fruta da estação	Torta de frango	Fruta da estação

2ª SEMANA E 4ª SEMANA

Segunda-feira	Rosquinhas de polvilho Vitamina de fruta	Arroz parboilizado Feijão misto Ovos mexidos com tomate Salada	Fruta da estação	Canja	Fruta da estação
Terça-feira	Muffin de banana	Arroz parboilizado Picadinho de carne com legumes Aipim Salada	Fruta da estação	Pastel assado com ricota e legumes Opção Infantil I: Purê de batata doce, cenoura e frango	Fruta da estação
Quarta-feira	Pão integral com patê de sardinha (feito com iogurte natural)	Arroz ½ a ½ Lentilha Filé de peixe empanado Salada	Fruta da estação	Sopa de músculo com legumes	Fruta da estação
Quinta-feira	Bolo de milho	Iscas de frango refogada com legumes Macarrão borboletinha Salada	Fruta da estação	Lasanha de Brócolis	Fruta da estação
Sexta-feira	Pão com geleia de maçã caseira	Arroz parboilizado Feijão vermelho Bolo de carne recheado com legumes Salada	Fruta da estação	Caldinho verde com aletria	Fruta da estação

Cardápio sujeito a alteração de acordo com a sazonalidade e/ou entrega dos produtos

- O açúcar utilizado nas preparações é o Mascavo ou Demerara (quando necessário).
- As preparações novas possuem receitas e podem ser conferidas na escola, ou solicitadas via e-mail/ whats para a Nutricionista.
- Nas refeições são servidas bebidas: café com leite, suco, chá ou água.

Elaboração e acompanhamento: Safe Food Assessoria Nutricional

Nutricionista responsável: Sara Franzoi CRN10 1737

Contato: (47) 9 8835-7324

E-mail: sarafranzoi@yahoo.com.br

