

CARDÁPIO BERÇÁRIO CONTOS E CORES

Mês: SETEMBRO 2018

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
1ª SEMANA e 3ª SEMANA					
Segunda-Feira	Banana	Arroz Caldinho de Feijão Vermelho Omelete colorido Cenoura	Pera cozida	Canja	Fruta da estação
Terça-feira	Maçã	Arroz Purê de batata doce Molho de Frango desfiado Brócolis	Mamão	Risotinho de Carne	Fruta da estação
Quarta-feira	Melão	Arroz Caldinho de feijão Carne moída Chuchu	Maçã cozida	Sopa de legumes com carne	Fruta da estação
Quinta-feira	Laranja lima	Macarrão conchinha Carne moída ensopada Tomate	Banana com aveia	Escondidinho de frango e legumes	Fruta da estação
Sexta-feira	Goiaba	Arroz Caldinho de feijão Tirinhas de Filé de frango grelhado Abobrinha	Manga	Purê de Batata com cenoura e carne moída com molho	Fruta da estação
2ª SEMANA e 4ª SEMANA					
Segunda-feira	Maçã	Arroz Caldinho de Feijão misto Ovo cozido Pepino	Pera	Minestra	Fruta da estação
Terça-feira	Mamão	Macarrão conchinha com carne a bolonhesa Brócolis	Melancia	Purê de batata com carne ensopada e legumes	Fruta da estação
Quarta-feira	Melão	Arroz Lentilha Bife desfiado Couve flor	Tangerina	Sopa do Hulk com iscas de fígado	Fruta da estação
Quinta-feira	Creme de mamão com banana	Purê de batata Frango ao molho beterraba cozida	Banana	Sopa de Beterraba com carne	Fruta da estação
Sexta-feira	Caqui	Arroz Caldinho de feijão Bistequinha desfiada tomate	Abacate	Carreteiro de frango	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.
- Bebês 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.



Elaboração e acompanhamento: Safe Food Assessoria Nutricional
Nutricionista responsável: Sara Franzoi CRN10 1737
Contato: (47) 9 8835-7324
E-mail: sarafranzoi@yahoo.com.br



CARDÁPIO INFANTIS CONTOS E CORES

Mês: SETEMBRO 2018

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
1ª SEMANA e 3ª SEMANA					
Segunda-Feira	Bolacha salgada (Cream Cracker) com requeijão	Arroz parboilizado Feijão vermelho Omelete com tomate Salada	Fruta da estação	Canja	Fruta da estação
Terça-feira	Bolo beterraba com cacau (Infantil 1 – Maça)	Arroz Parbolizado Estrogonofe de frango Chips de batata doce Salada	Fruta da estação	Risoto de carne	Fruta da estação
Quarta-feira	Pão de forma com banana amassada e canela	Arroz ½ a ½ Feijão carioca Quibe assado Salada	Fruta da estação	Sopa de legumes com carne	Fruta da estação
Quinta-feira	Bolo de Cenoura (Infantil 1 – Laranja Lima)	Macarrão Almôndegas ao molho sugo Salada	Fruta da estação	Pizza de queijo, tomate e manjeriço	Fruta da estação
Sexta-feira	Pão com queijo quente	Arroz com milho Feijão preto Filé de frango Saladas	Fruta da estação	X – salada com hambúrguer caseiro	Fruta da estação
2ª SEMANA e 4ª SEMANA					
Segunda-feira	logurte com cereal sem açúcar	Arroz parboilizado Feijão misto Ovo Estrelado Salada	Frutas da estação	Minestra	Fruta da estação
Terça-feira	Cuca de maçã (Infantil 1 – Mamão)	Espaguete a bolonhesa Salada	Frutas da estação	Torta de Atum	Fruta da estação
Quarta-feira	Pão integral com patê de ricota	Arroz ½ a ½ Lentilha Bife acebolado Salada	Frutas da estação	Sopa do Hulk com iscas de fígado	Fruta da estação
Quinta-feira	Pão com geleia	Arroz parboilizado Coxa e sobre coxa assada Molho de Tomate Batata souté Salada	Fruta da estação	Pastelão de Carne	Fruta da estação
Sexta-feira	Bolacha Doce Caseira	Arroz parboilizado Feijão vermelho Bistequinha assada Salada	Fruta da estação	Carreteiro de frango	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).
- Nas refeições são servidos, chá, água, suco ou café com leite.
- A geléia de frutas é 100% frutas, sem conservantes e corantes.
- As preparações novas possuem receitas e podem ser conferidas na escola, ou solicitadas via e-mail/ whats para a Nutricionista.



Elaboração e acompanhamento: Safe Food Assessoria Nutricional
 Nutricionista responsável: Sara Franzoi CRN10 1737
 Contato: (47) 9 8835-7324
 E-mail: sarafranzoi@yahoo.com.br

