

**CARDÁPIO BERÇÁRIO CONTOS E CORES**

Mês: Dezembro 2018

<b>Dia</b>	<b>Café da Manhã</b>	<b>Almoço</b>	<b>Lanche da Tarde</b>	<b>Jantar</b>	<b>Hora da Fruta</b>
<b>1ª SEMANA e 3ª SEMANA</b>					
<b>Segunda-Feira</b>	<b>Banana Cozida</b>	<b>Arroz Caldinho de Feijão vermelho Omelete com tomate</b>	<b>Melão</b>	<b>Macarrão com molho a bolonhesa</b>	<b>Fruta da estação</b>
<b>Terça-feira</b>	<b>Manga</b>	<b>Arroz Caldo de feijão com picadinho de carne brócolis</b>	<b>Mamão</b>	<b>Purê de abóbora com batata e frango desfiado</b>	<b>Fruta da estação</b>
<b>Quarta-feira</b>	<b>Purê de cenoura com laranja</b>	<b>Arroz ½ a ½ Caldinho de feijão carioca Carne suína Berinjela</b>	<b>Maça Cozida</b>	<b>Risoto de Frango com legumes</b>	<b>Fruta da estação</b>
<b>Quinta-feira</b>	<b>Abacate com banana</b>	<b>Frango caipira Polenta cremosa Beterraba</b>	<b>Laranja</b>	<b>Sopa de legumes</b>	<b>Fruta da estação</b>
<b>Sexta-feira</b>	<b>Perá</b>	<b>Macarrão conchinha Almôndega de frango com molho de tomate Chuchu</b>	<b>Manga</b>	<b>Minestra</b>	<b>Fruta da estação</b>
<b>2ª SEMANA</b>					
<b>Segunda-feira</b>	<b>Maça</b>	<b>Arroz Caldinho de Feijão misto Ovos Cenoura</b>	<b>Mamão com farinha de aveia</b>	<b>Sopa cremosa de carne</b>	<b>Fruta da estação</b>
<b>Terça-feira</b>	<b>Melão</b>	<b>Arroz Picadinho de carne com legumes Purê de batata doce Vagem</b>	<b>Abacate</b>	<b>Polenta com frango</b>	<b>Fruta da estação</b>
<b>Quarta-feira</b>	<b>Mamão</b>	<b>Arroz Caldinho de feijão preto Frango Abóbora e tomate</b>	<b>Melancia</b>	<b>Macarrão conchinha com molho a bolonhesa</b>	<b>Fruta da estação</b>
<b>Quinta-feira</b>	<b>Abacate</b>	<b>Arroz Quibe assado com molho de tomate Couve flor</b>	<b>Banana cozida</b>	<b>Purê de batata com Frango</b>	<b>Fruta da estação</b>
<b>Sexta-feira</b>	<b>Banana</b>	<b>Arroz Caldinho de Feijão vermelho Frango Brócolis</b>	<b>Goiaba</b>	<b>Polenta com carne</b>	<b>Fruta da estação</b>

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.

# CARDÁPIO INFANTIS CONTOS E CORES

Mês: Dezembro 2018

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
<b>1ª SEMANA 3ª SEMANA</b>					
Segunda-feira	Pão com manteiga e mel	Arroz parboilizado Feijão vermelho Muffim de ovo com tomate Salada	Fruta da estação	Macarrão a bolonhesa	Fruta da estação
Terça-feira	Bolo de cenoura	Arroz Parboilizado Feijão preto Farofa Bife acebolado Salada	Frutas da estação	Pastel Assado com frango desfiado	Fruta da estação
Quarta-feira	Misto quente	Arroz ½ a ½ Feijão carioca Bistequinha Assada Salada	Frutas da estação	Risoto de frango com legumes	Fruta da estação
Quinta-feira	Torrada com geléia	Arroz parboilizado Frango caipira Polenta cremoso Salada	Frutas da estação	Lasanha de carne	Fruta da estação
Sexta-feira	Pão caseiro com requeijão	Almôndegas de frango Molho de tomate Macarrão Salada	Frutas da estação	Minestra	Fruta da estação
<b>2ª SEMANA</b>					
Segunda-feira	Iogurte de frutas com granola sem açúcar	Arroz parboilizado Feijão misto Omelete colorido Salada	Frutas da estação	Sopa cremosa de carne	Fruta da estação
Terça-feira	Cuca de maçã	Arroz parboilizado Estrogonofe de filé Batata doce chips assada Salada	Frutas da estação	Torta Salgada de Frango com requeijão	Fruta da estação
Quarta-feira	Pão de queijo caseiro	Arroz parboilizado Feijão Preto Coxa e Sobrecoxa assada Salada	Frutas da estação	Espaguete a bolonhesa	Fruta da estação
Quinta-feira	Bolo de laranja	Arroz Parboilizado Quibe assado Molho de tomate Salada	Frutas da estação	“Ceia de Natal” Infantil I: Purê de batata com frango	Fruta da estação
Sexta-feira	Sanduche com queijo e tomate	Arroz parboilizado Feijão vermelho Tirinhas de frango Salada	Frutas da estação	Polenta com carne	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

