

# CARDÁPIO BERÇÁRIO CONTOS E CORES

Mês: FEVEREIRO 2019

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
<b>SEMANA 1 e 3</b>					
Segunda-feira	Maça	Arroz parboilizado Caldinho de Feijão vermelho Ovo cozido Berinjela refogada	Pêssego	Macarronada a primavera (carne moída com milho, cenoura e vagem)	Fruta da estação
Terça-feira	Abacate	Frango com molho Purê de batata / Opcional: arroz Cenoura e couve flor	Mamão	Sopa de legumes	Fruta da estação
Quarta-feira	Banana	Arroz ½ a 1/2 Caldinho de Feijão preto Bife Beterraba cozida e rúcula	Creme de ameixa com maçã	Purê de batata, cenoura com molho e frango	Fruta da estação
Quinta-feira	Manga	Coxa e sobrecoxa ensopada Aipim cremoso / opcional arroz Abobrinha refogada	Melancia	Sopa de batata, cenoura, chuchu e tiras de carne bovina	Fruta da estação
Sexta-feira	Creme de uva	Arroz parboilizado Caldinho de Feijão carioca Filé de tilápia Couve mineira e tomate	Laranja lima	Madalena de carne	Fruta da estação
<b>SEMANA 2 e 4</b>					
Segunda-feira	Melancia	Arroz parboilizado Caldinho de Feijão vermelho Ovos mexidos com queijo, tomate e temperos verdes Chicória	Banana	Sopa de letrinhas com moela e legumes	Fruta da estação
Terça-feira	Maçã	Almôndegas ao molho Macarrão conchinha Abobora e espinafre	Mamão	Polenta com molho e frango	Fruta da estação
Quarta-feira	Pêra	Arroz ½ a ½ Caldinho de Feijão preto Peito de frango grelhado Cenoura e vagem refogados	Uva	Sopa de abóbora, chuchu, chicória e cubos de músculo	Fruta da estação
Quinta-feira	Melão	Arroz Acem em cubos ao molho com aipim Beterraba cozida e alface	Manga	Sopa de creme de milho, berinjela, couve-flor e iscas de frango	Fruta da estação
Sexta-feira	Pêssego	Arroz parboilizado Feijão misto Bistequinha a milanesa (forno) Brócolis e pepino japones	Ameixa	Carreteiro	Fruta da estação

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

- Nas refeições são servidos, café com leite, chá gelado ou quente, água ou suco.
- O açúcar utilizado nas preparações é o Mascavo ou Demerara (quando necessário).
- A geleia 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



**CARDÁPIO INFANTILS CONTOS E CORES**

Mês: FEVEREIRO 2019

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
<b>SEMANA 1 E 3</b>					
<b>Segunda-feira</b>	Torrada com requeijão	Arroz parboilizado Feijão vermelho Trouxinha de ovo ( forno) Salada	Fruta da estação	Macarronada a primavera (carne moída com milho, cenoura e vagem)	Fruta da estação
<b>Terça-feira</b>	Bolo de laranja caseiro – Infantil I: Abacate	Arroz parboilizado Estrogonofe de frango Purê de batata Salada	Fruta da estação	X- salada caseiro	Fruta da estação
<b>Quarta-feira</b>	Misto quente	Arroz ½ a 1/2 Feijão preto Bife a milanesa ( forno) Salada	Frutas da estação	Panqueca coloridas ( espinafre e beterraba na massa) recheadas com frango desfiado	Fruta da estação
<b>Quinta-feira</b>	Bolo de fubá Infantil I: Manga	Arroz parboilizado Coxa e sobrecoxa ensopada Bata souté Salada	Fruta da estação	Risoto de carne	Fruta da estação
<b>Sexta-feira</b>	Pão com manteiga e mel	Arroz parboilizado Feijão carioca Filé de tilápia a dore Salada	Frutas da estação	Madalena de carne	Fruta da estação
<b>SEMANA 2 E 4</b>					
<b>Segunda-feira</b>	Bolacha cream cracker com requeijão	Arroz parboilizado Feijão vermelho Ovos mexidos com queijo, tomate e temperos verdes Salada	Frutas da estação	Sopa de letrinhas com moela e legumes	Fruta da estação
<b>Terça-feira</b>	Cuca de abacaxi Infantil I: Maça	Almôndegas ao molho Massa penne Salada	Frutas da estação	Polenta com molho e frango	Fruta da estação
<b>Quarta-feira</b>	Pão de queijo	Arroz ½ a ½ Feijão preto Peito de frango acebolado Salada	Frutas da estação	Torta de vegetais	Fruta da estação
<b>Quinta-feira</b>	Cereal matinal sem açúcar com leite e banana picada	Arroz parboilizado Acem em cubos ao molho com aipim Salada	Fruta da estação	Bauru de forno	Fruta da estação
<b>Sexta-feira</b>	Pão caseiro com geleia de frutas sem açúcar	Arroz parboilizado Feijão misto Bistequinha a milanesa (forno) Salada	Fruta da estação	Carreteiro	Fruta da estação

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

- Nas refeições são servidos, café com leite, chá gelado ou quente, água ou suco de frutas.
- O açúcar utilizado nas preparações é o Mascavo ou Demerara (quando necessário).
- A geleia 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

