

# CARDÁPIO BERÇÁRIO CONTOS E CORES

Mês: MAIO 2019

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
<b>SEMANA 1 e 3</b>					
Segunda-Feira	Maçã	Arroz Caldinho de Feijão preto Omelete Beterraba cozida	Creme de ameixa	Carreteiro	Fruta da estação
Terça-feira	Pêra	Macarrão a bolonhesa Chuchu refogado	Melancia	Minestra	Fruta da estação
Quarta-feira	Banana	Arroz Caldinho de feijão vermelho Bisteca suína Couve-flor	Papinha de uva	Polenta cremosa com frango	Fruta da estação
Quinta-feira	Mamão	Arroz Frango ensopado com batata Brócolis	Maçã	Sopa de carne com legumes	Fruta da estação
Sexta-feira	Melão	Arroz Picadinho de carne com legumes Batata doce cozida	Laranja lima	Canja	Fruta da estação
<b>SEMANA 2 e 4</b>					
Segunda-feira	Maça	Arroz Caldinho de Feijão preto Ovo cozido Beterraba cozida	Melancia	Sopa de letrinhas com músculo e legumes	Fruta da estação
Terça-feira	Ameixa	Carne moída com molho Purê de batata com cenoura	Pêra	Risoto de frango	Fruta da estação
Quarta-feira	Manga	Arroz Caldinho de feijão vermelho Carne de panela com legumes	Goiaba	Sopa de lentilha com iscas de frango e legumes	Fruta da estação
Quinta-feira	Mamão	Coxa e sobrecoxa ensopada Polenta cremosa	Abacate	Macarrão à bolonhesa	Fruta da estação
Sexta-feira	Banana	Arroz Caldinho de feijão carioca Peixe assado com legumes	Melão	Sopa de beterraba, aletria, cenoura e chuchu	Fruta da estação

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

- O açúcar utilizado nas preparações é o demerara ou mascavo (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



Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
<b>SEMANA 1 E 3</b>					
<b>Segunda-Feira</b>	Cereal matinal sem açúcar com leite	Arroz Feijão preto Omelete Salada	Fruta da estação	Carreteiro	Fruta da estação
<b>Terça-feira</b>	Bolo de banana <b>Infantil 1: Pêra</b>	Macarrão a bolonhesa Salada	Fruta da estação	Minestra	Fruta da estação
<b>Quarta-feira</b>	Pão no forno com queijo e orégano	Arroz Feijão vermelho Bisteca suína Salada	Fruta da estação	Polenta cremosa com frango	Fruta da estação
<b>Quinta-feira</b>	Bolo de fubá <b>Infantil 1: Mamão</b>	Arroz Frango ensopado com batata Salada	Frutas da estação	Pastelão de carne e legumes	Fruta da estação
<b>Sexta-feira</b>	Pão caseiro com geleia de fruta natural	Arroz Picadinho de carne com legumes Batata doce cozida Salada	Fruta da estação	Canja	Fruta da estação
<b>SEMANA 2 E 4</b>					
<b>Segunda-feira</b>	Biscoito Cream Cracker com requeijão	Arroz Feijão preto Ovo cozido Salada	Frutas da estação	Sopa de letrinhas com músculo e legumes	Fruta da estação
<b>Terça-feira</b>	Cuca de maçã <b>Infantil 1: Ameixa</b>	Arroz Carne moída com molho Purê de batata com cenoura Salada	Fruta da estação	Risoto de frango	Fruta da estação
<b>Quarta-feira</b>	Pão caseiro com patê de cenoura caseiro	Arroz Feijão vermelho Carne de panela com legumes Salada	Fruta da estação	Sopa de lentilha com iscas de frango e legumes	Fruta da estação
<b>Quinta-feira</b>	Bolo de tangerina <b>Infantil 1: Mamão</b>	Arroz Coxa e sobrecoxa ensopada Polenta cremosa Salada	Fruta da estação	Macarrão à bolonhesa	Fruta da estação
<b>Sexta-feira</b>	Rosca de polvilho caseira	Arroz Feijão carioca Peixe assado com legumes Salada	Fruta da estação	Lasanha de brócolis	Fruta da estação

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

- O açúcar utilizado nas preparações é o Demerara ou Mascavo (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.