

CARDÁPIO BERÇÁRIO CONTOS E CORES
Mês: JULHO 2019

1ª SEMANA e 3ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Maçã	Arroz Caldo de feijão Omelete colorido Brócolis	Melancia	Sopa de frango com legumes	Fruta da estação
Terça – Feira	Banana	Arroz Carne moída com molho Chuchu	Tangerina	Sopa de capeletti de carne	Fruta da estação
Quarta – Feira	Goiaba	Frango ensopado Polenta cremosa Beterraba	Abacate	Risoto de carne	Fruta da estação
Quinta – Feira	Mamão	Arroz Caldo de feijão Vaca atolada Repolho	Manga	Canja	Fruta da estação
Sexta - Feira	Maçã	Arroz Caldo do feijão Picadinho de carne suína Cenoura	Pera	Sopa de músculo com batata e cenoura	Fruta da estação

2ª SEMANA e 4ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Banana	Arroz Caldo de feijão Ovo cozido Couve – flor	Tangerina	Sopa de legumes	Fruta da estação
Terça – Feira	Melancia	Arroz Caldo de feijão Ensopado de frango Beterraba	Manga	Minestra	Fruta da estação
Quarta – Feira	Abacate	Arroz Picadinho de carne Purê de batata Tomate	Banana	Risoto de frango	Fruta da estação
Quinta – Feira	Tangerina	Macarrão a bolonhesa Brócolis	Melão	Sopa de letrinhas	Fruta da estação
Sexta - Feira	Maçã	Arroz Caldo de feijão Peixe ensopado Cenoura	Pera	Polenta com molho de carne	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 recebem 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: JULHO 2019

1ª SEMANA e 3ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Misto quente	Arroz Feijão preto Omelete colorido Salada	Fruta da estação	Pastelão de frango	Fruta da estação
Terça – Feira	Bolo de banana e canela INF 1 - Banana	Arroz Carne moída com molho Batata assada Salada	Fruta da estação	Sopa de capeletti de carne	Fruta da estação
Quarta – Feira	Pão com geleia de fruta	Frango ensopado Polenta cremosa Salada	Fruta da estação	Risoto de carne	Fruta da estação
Quinta – Feira	Bolo de cenoura INF 1 - Mamão	Arroz Feijão Carioca Vaca atolada Salada	Fruta da estação	Canja	Fruta da estação
Sexta – Feira	Crepioca de queijo e orégano	Arroz Feijão preto Picadinho de carne suína Salada	Fruta da estação	Sopa de músculo com batata e cenoura	Fruta da estação

2ª SEMANA e 4ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Torrada com patê de ricota	Arroz Feijão preto Ovo estalado Salada	Fruta da estação	Sopa de legumes	Fruta da estação
Terça – Feira	Pão com queijo	Arroz Feijão Vermelho Ensopado de frango Salada	Fruta da estação	Minestra	Fruta da estação
Quarta – Feira	Bolo de cacau INF 1 - Melancia	Arroz Estrogonofe de carne Purê de batata Salada	Fruta da estação	Risoto de frango	Fruta da estação
Quinta – Feira	Pão caseiro com requeijão	Macarrão a bolonhesa Salada	Fruta da estação	Sopa de letrinhas	Fruta da estação
Sexta – Feira	Bolo de coco INF 1 - Maçã	Arroz Feijão Peixe ensopado Salada	Fruta da estação	Polenta com molho de 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 demerara ou mascavo (quando necessário).
- A geleia é 100% de 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

