

CARDÁPIO BERÇÁRIO CONTOS E CORES
Mês: NOVEMBRO 2019

1ª SEMANA e 3ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Maça	Arroz Caldo de feijão Ovo cozido Tomate	Abacate	Aletria ao molho bolonhesa	Fruta da estação
Terça – Feira	Melancia	Arroz Vaca atolada Beterraba	Manga	Sopa de capeletti de frango	Fruta da estação
Quarta – Feira	Banana	Arroz Caldo de feijão Bife Cenoura	Goiaba	Minestra	Fruta da estação
Quinta – Feira	Melão	Macarrão ao molho Frango assado Brócolis	Tangerina	Risoto de carne	Fruta da estação
Sexta - Feira	Pera	Arroz Caldo do feijão Carne moída Alface	Maçã	Polenta com molho de frango	Fruta da estação

2ª SEMANA e 4ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Maça	Arroz Caldo de feijão Ovo mexido Tomate	Manga	Canja	Fruta da estação
Terça – Feira	Banana	Macarrão à bolonhesa Cenoura	Melancia	Escondidinho de batata com frango	Fruta da estação
Quarta – Feira	Tangerina	Arroz Caldo de feijão Picadinho de frango com legumes Alface	Melão	Polenta com molho à bolonhesa	Fruta da estação
Quinta – Feira	Laranja	Arroz Lentilha Carne suína Beterraba	Mamão	Sopa de letrinhas com iscas de carne	Fruta da estação
Sexta - Feira	Uva	Arroz Caldo de feijão Peixe assado Batata	Maça	Sopa de vegetais	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



CARDÁPIO INFANTIS CONTOS E CORES
Mês: NOVEMBRO 2019

1ª SEMANA e 3ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Rosca de polvilho	Arroz Feijão Ovo cozido Salada	Fruta da estação	Torta de frango	Fruta da estação
Terça – Feira	Cuca de banana caseira	Arroz Vaca atolada Salada	Fruta da estação	Sopa de capeletti de frango	Fruta da estação
Quarta – Feira	Pão caseiro com requeijão	Arroz Feijão Bife acebolado Salada	Fruta da estação	Minestra	Fruta da estação
Quinta – Feira	Bolo de cenoura com cobertura de cacau	Macarrão ao molho Frango assado Salada	Fruta da estação	Risoto de carne	Fruta da estação
Sexta – Feira	Pão caseiro com doce de banana	Arroz Feijão Carne moída Salada	Fruta da estação	Polenta com molho de frango	Fruta da estação

2ª SEMANA e 4ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Biscoitos cream cracker com manteiga	Arroz Feijão Ovo mexido Salada	Fruta da estação	Canja	Fruta da estação
Terça – Feira	Bolo de fubá	Macarrão à bolonhesa Salada	Fruta da estação	Escondidinho de batata com frango	Fruta da estação
Quarta – Feira	Bauru de forno	Arroz Feijão Picadinho de frango com legumes Salada	Fruta da estação	Polenta com carne a bolonhesa ou Leite	Fruta da estação
Quinta – Feira	Bolo de cacau	Arroz Farofa Lentilha Carne suína Salada	Fruta da estação	Pastelão de carne	Fruta da estação
Sexta – Feira	Pão Caseiro com queijo e orégano	Arroz Feijão Peixe assado Salada	Fruta da estação	Risoto de vegetais	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

