

CARDÁPIO BERÇÁRIO CONTOS E CORES
Mês: JULHO 2021



1ª SEMANA e 3ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Maçã	Arroz Caldo de feijão Ovo cozido Pepino	Melancia	Madalena de frango desfiado	Fruta da estação
Terça – Feira	Mamão	Isclas de frango refogadas com brócolis Macarrão ao molho de tomate Batata salsa salteada na manteiga e ervas Beterraba	Manga	Macarrão à bolonhesa com legumes	Fruta da estação
Quarta – Feira	Banana	Arroz Caldo de feijão Almondegas caseira com molho Cenoura	Kiwi	Canja de galinha	Fruta da estação
Quinta – Feira	Caqui	Lentilha Frango assado Batata assada com alecrim Chuchu	Goiaba	Polenta com molho bolonhesa	Fruta da estação
Sexta – Feira	Pera	Arroz Caldo de feijão Filé de peixe empanado assado Tomate	Tangerina	Risoto de frango com legumes	Fruta da estação

2ª SEMANA e 4ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Maçã	Arroz Caldo de feijão Omelete colorido Rúcula	Melancia	Sopa de arroz, frango e legumes	Fruta da estação
Terça – Feira	Abacate com banana	Macarrão na manteiga Carne com molho Couve-flor	Laranja	Minestra	Fruta da estação
Quarta – Feira	Pera	Arroz Caldo de feijão Frango ensopado Milho refogado	Caqui	Sopa de músculo, legumes	Fruta da estação
Quinta – Feira	Maçã	Arroz Caldo de feijão Bife Chuchu	Melão	Polenta cremosa com frango desfiado e legumes	Fruta da estação
Sexta – Feira	Banana	Arroz Lentilha Frango grelhado Brócolis	Mamão	Macarrão à primavera e legumes	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: JULHO 2021



1ª SEMANA e 3ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Biscoito cream cracker com requeijão	Arroz Feijão Ovo cozido Salada	Fruta da estação	Madalena de frango desfiado	Fruta da estação
Terça – Feira	Rosquinha de polvilho caseira	Iscas de frango refogadas com brócolis Macarrão ao molho de tomate Batata salsa salteada na manteiga e ervas Salada	Fruta da estação	Macarrão à bolonhesa com legumes	Fruta da estação
Quarta – Feira	Bolo de laranja Inf 1: Banana	Arroz Feijão Almondegas caseira com molho Salada	Fruta da estação	Canja de galinha	Fruta da estação
Quinta – Feira	Pão caseiro com nata e geleia de fruta caseira	Lentilha Frango assado Batata assada com alecrim Farofa caseira Salada	Fruta da estação	Polenta com molho bolonhesa	Fruta da estação
Sexta – Feira	Cupcake de baunilha Inf 1: Pera	Arroz Feijão Filé de peixe empanado assado Salada	Fruta da estação	Risoto de frango com legumes	Fruta da estação

2ª SEMANA e 4ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Torrada com geleia caseira	Arroz Feijão Omelete colorido Salada	Fruta da estação	Sopa de arroz, frango e legumes	Fruta da estação
Terça – Feira	Pão caseiro com queijo e tomate	Macarrão na manteiga Carne com molho Salada	Fruta da estação	Minestra	Fruta da estação
Quarta – Feira	Cookies de cacau Inf 1: Pera	Arroz Feijão Frango ensopado Milho refogado Salada	Fruta da estação	Sopa de músculo e legumes	Fruta da estação
Quinta – Feira	Bolo de cenoura Inf 1: Maça	Arroz Feijão Bife Salada	Fruta da estação	Polenta cremosa com frango e legumes	Fruta da estação
Sexta – Feira	Panqueca de banana	Arroz Lentilha Frango grelhado Salada	Fruta da estação	Macarrão à primavera e legumes	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

