

CARDÁPIO BERÇÁRIO E INFANTIL 1 CONTOS E CORES
Mês: SETEMBRO 2021



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 mexido com cheiro verde Abobrinha refogada	Melancia	Canja	Fruta da estação
Terça – Feira	Laranja	Arroz Caldo de feijão Picadinho de frango Abóbora refogada	Kiwi	Minestra	Fruta da estação
Quarta – Feira	Manga	Arroz Caldo de feijão Pernil suíno desfiado Cenoura	Abacate com banana	Carreiroiro com legumes	Fruta da estação
Quinta – Feira	Tangerina	Espaguete ao molho sugo Frango assado Chuchu refogado	Mamão	Sopa de carne com conchinha e legumes	Fruta da estação
Sexta – Feira	Banana	Molho a bolonhesa Polenta cremosa Beterraba cozida	Maça	Sopa de legumes com moela e letrinhas	Fruta da estação

2ª SEMANA e 4ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Maça cozida	Arroz Caldo de feijão Ovo cozido Couve-flor	Melancia	Polenta ao molho bolonhesa	Fruta da estação
Terça – Feira	Pera	Frango ensopado com legumes Batata salsa cozida Brócolis	Melão	Sopa de carne com legumes	Fruta da estação
Quarta – Feira	Mamão	Arroz Caldo de feijão Carne de panela Milho refogado Repolho	Tangerina	Sopa de aletria com frango e legumes	Fruta da estação
Quinta – Feira	Abacate com banana	Purê de batata doce Carne moída ao molho Agrião	Maça	Polenta ao molho de frango	Fruta da estação
Sexta – Feira	Banana	Arroz Caldo de feijão Peixe assado com legumes Alface	Goiaba	Risoto de carne com 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: SETEMBRO 2021

1ª SEMANA e 3ª SEMANA



Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Torrada integral com geleia de fruta caseira	Arroz Feijão Ovo mexido com cheiro verde Salada	Fruta da estação	Canja	Fruta da estação
Terça – Feira	Pão de queijo caseiro	Arroz Feijão Frango acebolado Batata canoa assada Salada	Fruta da estação	Minestra	Fruta da estação
Quarta – Feira	Bolo de cenoura INF 1: Manga	Arroz Feijão Pernil suíno Salada	Fruta da estação	Carreteiro com legumes	Fruta da estação
Quinta – Feira	Cookies de cacau e aveia INF 1: Tangerina	Espaguete ao molho sugo Frango assado Farofinha caseira Salada	Fruta da estação	Sopa de carne com conchinha e legumes	Fruta da estação
Sexta – Feira	Pão caseiro com manteiga	Molho a bolonhesa Polenta cremosa Batata canoa assada Salada	Fruta da estação	Panqueca de frango ao molho	Fruta da estação

2ª SEMANA e 4ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Cream cracker com patê de ricota	Arroz Feijão Ovo cozido Farofinha caseira Salada	Fruta da estação	Polenta ao molho bolonhesa	Fruta da estação
Terça – Feira	Bolo de cacau caseiro INF 1: Banana	Macarrão alho e óleo Frango ensopado com legumes Batata salsa cozida Salada	Fruta da estação	Pastelzinho assado de queijo com vegetais	Fruta da estação
Quarta – Feira	Pão caseiro com requeijão	Arroz Feijão Carne de panela Milho refogado Salada	Fruta da estação	Sopa de aletria com frango e legumes	Fruta da estação
Quinta – Feira	Rosquinha de polvilho caseiro	Arroz Batata doce cozida Carne moída com molho Salada	Fruta da estação	Pastelão de frango	Fruta da estação
Sexta – Feira	Bolo laranja INF 1: Banana	Arroz Feijão Peixe assado com legumes Salada	Fruta da estação	Risoto de carne com 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

