

**CARDÁPIO BERÇÁRIO CONTOS E CORES**  
Mês: NOVEMBRO 2021



**1ª SEMANA e 3ª SEMANA**

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
<b>Segunda – Feira</b>	Maçã	Arroz Caldo de feijão Ovo cozido Batata rústica Tomate	Melancia	Risoto de carne	Fruta da estação
<b>Terça – Feira</b>	Banana	Arroz Polenta cremosa Almondegas ao molho Cenoura	Melão	Minestra	Fruta da estação
<b>Quarta – Feira</b>	Maça cozida	Arroz Caldo de feijão Carne suína Creme de milho Brócolis refogado	Manga	Canja de galinha	Fruta da estação
<b>Quinta – Feira</b>	Mamão	Macarrão ao molho sugo Frango assado picadinho Batata doce Repolho	Tangerina	Sopa de letrinhas com vegetais	Fruta da estação
<b>Sexta – Feira</b>	Abacate com banana	Arroz Caldo de feijão Peixe assado com vegetais Farofa caseira Alface	Laranja	Carreteiro	Fruta da estação

**2ª SEMANA e 4ª SEMANA**

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
<b>Segunda – Feira</b>	Banana	Arroz Caldo de feijão Ovos mexidos Milho refogado	Melancia	Sopa de frango com macarrão e legumes	Fruta da estação
<b>Terça – Feira</b>	Manga	Macarrão a bolonhesa Batata palito assada Cenoura	Laranja	Carreteiro com legumes	Fruta da estação
<b>Quarta – Feira</b>	Tangerina	Arroz Caldo de feijão Carne de panela Couve-flor refogado	Mamão	Parafuso ao molho de frango	Fruta da estação
<b>Quinta – Feira</b>	Banana	Arroz Purê de batata Picadinho de frango com molho Cenoura	Melão	Polenta com molho bolonhesa	Fruta da estação
<b>Sexta – Feira</b>	Abacate com banana	Arroz Lentilha Pernil suíno Aipim cozido Beterraba	Maça	Sopa de frango com macarrão 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: NOVEMBRO 2021**



**1ª SEMANA e 3ª SEMANA**

<b>Dia</b>	<b>Café da Manhã</b>	<b>Almoço</b>	<b>Lanche da Tarde</b>	<b>Jantar</b>	<b>Hora da Fruta</b>
<b>Segunda – Feira</b>	Rosca de polvilho caseira	Arroz Feijão Ovo cozido Batata rústica Salada	Fruta da estação	Risoto de carne	Fruta da estação
<b>Terça – Feira</b>	Pão caseiro com patê de atum	Arroz Polenta Almondegas ao molho Salada	Fruta da estação	Minestra	Fruta da estação
<b>Quarta – Feira</b>	Bolo de banana caseiro INF 1: Maça cozida	Arroz Feijão Carne suína Creme de milho Brócolis refogado Salada	Fruta da estação	Canja de galinha	Fruta da estação
<b>Quinta – Feira</b>	Crepioca com queijo	Macarrão ao molho sugo Frango assado Batata doce Salada	Fruta da estação	Pastelão de carne	Fruta da estação
<b>Sexta – Feira</b>	Bolo mesclado (baunilha e cacau) INF 1: Banana	Arroz Feijão Peixe assado com vegetais Farofa caseira Salada	Fruta da estação	Carreteiro	Fruta da estação

**2ª SEMANA e 4ª SEMANA**

<b>Dia</b>	<b>Café da Manhã</b>	<b>Almoço</b>	<b>Lanche da Tarde</b>	<b>Jantar</b>	<b>Hora da Fruta</b>
<b>Segunda – Feira</b>	Torrada com requeijão	Arroz Feijão Ovo mexido Milho refogado Salada	Fruta da estação	Sopa de frango com macarrão e legumes	Fruta da estação
<b>Terça – Feira</b>	Pão integral com geleia de fruta caseira INF 1: Manga	Macarrão a bolonhesa Batata palito assada Salada	Fruta da estação	Carreteiro com legumes	Fruta da estação
<b>Quarta – Feira</b>	Bolo de laranja INF 1: Tangerina	Arroz Feijão Carne de panela Couve-flor refogado Salada	Fruta da estação	Parafuso ao molho de frango	Fruta da estação
<b>Quinta – Feira</b>	Queijo quente INF 1: Maça	Arroz Purê de batata Frango ao molho Cenoura cozida Salada	Fruta da estação	Polenta com molho bolonhesa	Fruta da estação
<b>Sexta – Feira</b>	Panqueca de banana	Arroz Lentilha Pernil suíno Aipim cozido Salada	Fruta da estação	Pizza marguerita	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

