

**CARDÁPIO BERÇÁRIO CONTOS E CORES**  
Mês: OUTUBRO 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>	Banana	Arroz Caldo de feijão Ovo Alface	Melancia	Sopa de frango com legumes	Fruta da estação
<b>Terça – Feira</b>	Maça	Frango assado desfiado Macarrão ao molho Batata cozida temperada Repolho	Manga	Polenta de forno recheada	Fruta da estação
<b>Quarta – Feira</b>	Mamão	Arroz Lentilha Carne suína refogada Brócolis	Tangerina	Macarronada com frango e legumes	Fruta da estação
<b>Quinta – Feira</b>	Melão	Arroz Caldo de feijão Carne moída refogada com legumes Abóbora	Maça	Sopa de frango, letrinhas e legumes	Fruta da estação
<b>Sexta – Feira</b>	Abacate com banana	Arroz Caldo de feijão Frango ensopado Cenoura	Laranja	Risoto de carne com legumes	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>	Maça	Arroz Caldo de feijão Ovo mexido com ervas Tomate	Melancia	Macarronada à bolonhesa	Fruta da estação
<b>Terça – Feira</b>	Laranja	Arroz Caldo de feijão Peixe ensopado com legumes Brócolis	Melão	Risoto de frango com legumes	Fruta da estação
<b>Quarta – Feira</b>	Manga	Arroz Caldo de feijão Frango em cubos com legumes Batata doce	Tangerina	Sopa de letrinhas com carne e legumes	Fruta da estação
<b>Quinta – Feira</b>	Banana	Macarrão Almondegas ao molho Couve-flor	Mamão	Sopa de legumes com frango	Fruta da estação
<b>Sexta – Feira</b>	Abacate com banana	Arroz Purê de batata Carne de panela Beterraba	Maça	Minestra	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: OUTUBRO 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>	Sucrilhos sem açúcar com yogurt	Arroz e feijão Ovo estalado Farofinha caseira Salada	Fruta da estação	Panqueca verde de frango	Fruta da estação
<b>Terça – Feira</b>	Pão caseiro com requeijão INF 1: Maça	Frango assado desfiado Macarrão ao molho vermelho Batata cozida temperada Salada	Fruta da estação	Polenta de forno recheada	Fruta da estação
<b>Quarta – Feira</b>	Cuca de banana caseira INF 1: Mamão	Arroz Lentilha Carne suína Brócolis refogado Salada	Fruta da estação	Macarronada com frango e legumes	Fruta da estação
<b>Quinta – Feira</b>	Crepioca de queijo	Polenta cremosa Carne moída refogada com legumes Salada	Fruta da estação	Sopa de frango, letrinhas e legumes	Fruta da estação
<b>Sexta – Feira</b>	Pão com geleia caseira	Arroz Feijão Frango ensopado Farofinha caseira Salada	Fruta da estação	Risoto de carne com legumes	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>	Panqueca de banana	Arroz e feijão Ovo mexido com ervas Salada	Fruta da estação	Macarronada à bolonhesa	Fruta da estação
<b>Terça – Feira</b>	Bolo de cacau INF 1: Laranja	Arroz Feijão Peixe ensopado com legumes Salada	Fruta da estação	Pastelzinho assado com frango	Fruta da estação
<b>Quarta – Feira</b>	Pão com queijo gratinado	Arroz Feijão Frango em cubos com legumes Salada	Fruta da estação	Sopa de letrinhas com carne e legumes	Fruta da estação
<b>Quinta – Feira</b>	Bolo de fubá INF 1: Banana	Macarrão Almondegas ao molho Couve-flor refogado Salada	Fruta da estação	Bauru de forno	Fruta da estação
<b>Sexta – Feira</b>	Pão caseiro com patê de frango caseiro	Arroz Carne de panela Purê de batata Salada	Fruta da estação	Minestra	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

