

**CARDÁPIO BERÇÁRIO CONTOS E CORES**  
**Mês: JANEIRO 2022**



**1ª 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 cozido Beterraba	Melancia	Risoto de frango	Fruta da estação
<b>Terça – Feira</b>	Manga	Macarrão à bolonhesa Abobrinha	Melão	Carreteiro	Fruta da estação
<b>Quarta – Feira</b>	Banana	Arroz Caldo de feijão Carne de panela Brócolis	Pêra	Canja	Fruta da estação
<b>Quinta – Feira</b>	Mamão	Polenta cremosa Frango ensopado Tomate	Laranja	Sopa de carne com legumes	Fruta da estação
<b>Sexta – Feira</b>	Banana	Arroz Caldo de feijão Peixe assado Cenoura	Maça	Sopa de músculo com batata e cenoura	Fruta da estação

**2ª 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 estalado Couve flor	Melancia	Sopa de legumes com carne	Fruta da estação
<b>Terça – Feira</b>	Banana	Macarrão Frango ensopado Tomate	Manga	Risoto de carne	Fruta da estação
<b>Quarta – Feira</b>	Laranja	Arroz Lentilha Carne suína Chuchu	Abacate com banana	Minestra	Fruta da estação
<b>Quinta – Feira</b>	Ameixa	Arroz Caldo de feijão Bolo de carne Cenoura	Mamão	Sopa de legumes e macarrão	Fruta da estação
<b>Sexta – Feira</b>	Melão	Arroz Caldo de feijão Carne de panela Beterraba	Pêra	Polenta com molho à bolonhesa	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: JANEIRO 2022**



**1ª 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 e feijão Omelete Salada	Fruta da estação	Risoto de frango	Fruta da estação
<b>Terça – Feira</b>	Bauru de forno	Macarrão à bolonhesa Abobrinha refogada Salada	Fruta da estação	Carreteiro	Fruta da estação
<b>Quarta – Feira</b>	Bolo de cacau INF 1: Fruta	Arroz e feijão Carne de panela Farofa Brócolis Salada	Fruta da estação	Canja	Fruta da estação
<b>Quinta – Feira</b>	Misto quente com queijo e tomate	Polenta cremosa Frango ensopado Arroz Salada	Fruta da estação	Pastelão	Fruta da estação
<b>Sexta – Feira</b>	Bolo de laranja INF 1: Fruta	Arroz e feijão Peixe assado Salada	Fruta da estação	Sopa de músculo com batata e cenoura	Fruta da estação

**2ª 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 patê de atum	Arroz e feijão Ovo estalado Salada	Fruta da estação	Sopa de legumes com carne	Fruta da estação
<b>Terça – Feira</b>	Bolo de fubá caseiro INF 1: Fruta	Macarrão Frango ensopado Salada	Fruta da estação	Risoto de carne	Fruta da estação
<b>Quarta – Feira</b>	Pão caseiro com geleia de frutas caseira	Arroz Lentilha Carne suína Salada	Fruta da estação	Minestra	Fruta da estação
<b>Quinta – Feira</b>	Bolo de banana INF 1: Fruta	Arroz e feijão Bolo de carne Salada	Fruta da estação	Sopa de legumes e macarrão	Fruta da estação
<b>Sexta – Feira</b>	Pão de queijo caseiro	Arroz e feijão Carne de panela Farofa Salada	Fruta da estação	Polenta com molho à bolonhesa	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 Franzoí CRN10 – 1737  
 Contato: (47) 9 8835-7324 - E-mail: sarafranzoí@yahoo.com.br

