

CARDÁPIO BERÇÁRIO CONTOS E CORES
Mês: ABRIL 2022



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 mexido Beterraba | Melancia | Creme de ervilha com frango | Fruta da estação |
| Terça – Feira | Mamão | Purê de abóbora com batata Frango ensopado | Manga | Polenta com molho bolonhesa | Fruta da estação |
| Quarta – Feira | Kiwi | Arroz Caldo do feijão Carne suína Alface | Goiaba | Sopa de letrinhas com legumes | Fruta da estação |
| Quinta – Feira | Manga | Macarrão Molho bolonhesa Cenoura | Pera | Canja | Fruta da estação |
| Sexta - Feira | Banana com abacate | Arroz Caldo de feijão Frango assado Tomate | Maçã | Minestra | Fruta da estação |

2ª SEMANA e 4ª SEMANA

| Dia | Café da Manhã | Almoço | Lanche da Tarde | Jantar | Hora da Fruta |
|------------------------|----------------------|---|------------------------|------------------------------------|----------------------|
| Segunda – Feira | Maça | Arroz Lentilha Ovo cozido Tomate | Melancia | Sopa de carne com legumes | Fruta da estação |
| Terça – Feira | Banana com aveia | Macarrão Molho bolonhesa Brócolis | Melão | Risoto de frango | Fruta da estação |
| Quarta – Feira | Goiaba | Arroz Caldo de feijão Peixe Abobrinha | Mamão | Sopa de conchinha, legumes e carne | Fruta da estação |
| Quinta – Feira | Abacate com cacau | Arroz Aipim cozido Frango ensopado Alface | Kiwi | Carreteiro | Fruta da estação |
| Sexta - Feira | Banana | Arroz Caldo de feijão Carne de panela Pepino | Maçã | Sopa de legumes com frango | 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: ABRIL 2022



1ª SEMANA e 3ª SEMANA

| Dia | Café da Manhã | Almoço | Lanche da Tarde | Jantar | Hora da Fruta |
|-----------------|-------------------------------------|--|------------------|-------------------------------|------------------|
| Segunda – Feira | Bolacha cream cracker com requeijão | Arroz Feijão Ovo mexido colorido Salada | Fruta da estação | Creme de ervilha com frango | Fruta da estação |
| Terça – Feira | Misto quente (pão caseiro) | Arroz Frango ensopado com batata Salada | Fruta da estação | Polenta com molho bolonhesa | Fruta da estação |
| Quarta – Feira | Bolo de banana Fruta: Maçã | Arroz Feijão Carne suína Salada | Fruta da estação | Sopa de letrinhas com legumes | Fruta da estação |
| Quinta – Feira | Cookies de aveia Fruta: Manga | Macarrão Molho bolonhesa Salada | Fruta da estação | Canja | Fruta da estação |
| Sexta – Feira | Bolo de cacau Fruta: Banana | Arroz Feijão Frango assado Salada | Fruta da estação | Minestra | Fruta da estação |

2ª SEMANA e 4ª SEMANA

| Dia | Café da Manhã | Almoço | Lanche da Tarde | Jantar | Hora da Fruta |
|-----------------|---|--|------------------|------------------------------------|------------------|
| Segunda – Feira | Rosquinha de polvilho caseira | Arroz Lentilha Ovo cozido Salada | Fruta da estação | Pastelão de carne e legumes | Fruta da estação |
| Terça – Feira | Bolo de laranja Fruta: Banana | Macarrão Molho bolonhesa Brócolis Salada | Fruta da estação | Risoto de frango | Fruta da estação |
| Quarta – Feira | Pão com geleia caseira Fruta: Banana | Arroz Feijão Peixe Salada | Fruta da estação | Sopa de conchinha, legumes e carne | Fruta da estação |
| Quinta – Feira | Bolo de cenoura Fruta: Maçã | Arroz Frango ensopado Aipim cozido Salada | Fruta da estação | Carreteiro | Fruta da estação |
| Sexta – Feira | Panqueca de banana | Arroz Feijão Carne de panela Salada | Fruta da estação | Hambúrguer caseiro | 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

