

CARDÁPIO BERÇÁRIO E INFANTIL 1 CONTOS E CORES
Mês: JULHO 2022



1ª SEMANA e 3ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Abacate	Arroz com caldo de feijão Ovos mexidos Beterraba cozida	Kiwi	Polenta com molho à bolonhesa	Fruta da estação
Terça – Feira	Mingau de aveia com banana	Macarrão Carne bovina desfiada ao molho Tomate	Tangerina	Sopa de legumes com frango	Fruta da estação
Quarta – Feira	Maça	Arroz com caldo de feijão Frango assado Alface	Melão	Caldo verde com mandioquinha e frango	Fruta da estação
Quinta – Feira	Mamão	Arroz Purê de batatas Carne moída ao molho Pepino	Manga	Minestra	Fruta da estação
Sexta - Feira	Banana	Arroz com lentilha Carne suína Cenoura	Maça	Sopa de carne, macarrão e legumes	Fruta da estação

2ª SEMANA e 4ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Maça	Arroz com caldo de feijão Omelete Alface	Melancia	Sopa de abóbora com legumes e carne	Fruta da estação
Terça – Feira	Banana com cacau	Polenta cremosa Frango ao molho Brócolis cozido	Manga	Macarrão com carne moída	Fruta da estação
Quarta – Feira	Goiaba cozida	Arroz com caldo de feijão Peixe Cenoura	Kiwi	Creme de batata com abóbora e frango	Fruta da estação
Quinta – Feira	Pirão de banana	Arroz Purê de batata Carne moída ao molho Tomate	Pera	Risoto de frango	Fruta da estação
Sexta - Feira	Abacate com banana	Arroz com caldo de feijão Frango desfiado Couve flor cozida	Maça	Sopa de ervilha com carne	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.
- O mingau é feito com água ao invés de leite.

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: JULHO 2022



1ª SEMANA e 3ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Pão de queijo de frigideira	Arroz Feijão Farofa Ovos mexidos Salada	Fruta da estação	Polenta com molho à bolonhesa	Fruta da estação
Terça – Feira	Bolo de milho INF 1: Banana	Macarrão na manteiga Carne ensopada Salada	Fruta da estação	Sopa de legumes com frango	Fruta da estação
Quarta – Feira	Pão caseiro com requeijão	Arroz Feijão Frango assado Salada	Fruta da estação	Empadão de carne com legumes	Fruta da estação
Quinta – Feira	Panqueca de banana com aveia	Arroz Carne moída ao molho com batatas Salada	Fruta da estação	Minestra	Fruta da estação
Sexta – Feira	Misto quente	Arroz Lentilha Carne suína Salada	Fruta da estação	Sopa de carne, macarrão e legumes	Fruta da estação

2ª SEMANA e 4ª SEMANA

Dia	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Hora da Fruta
Segunda – Feira	Biscoito cream cracker com requeijão	Arroz Feijão Omelete Salada	Fruta da estação	Sopa de abóbora com legumes e carne	Fruta da estação
Terça – Feira	Pão com patê de ricota e cenoura	Arroz Polenta Frango ao molho Salada	Fruta da estação	Macarrão com carne moída	Fruta da estação
Quarta – Feira	Bolo de maçã com canela INF 1: Goiaba	Arroz Feijão Farofa Peixe Salada	Fruta da estação	Torta integral de legumes	Fruta da estação
Quinta – Feira	Pirão de banana	Arroz Batata assada Carne moída ao molho Salada	Fruta da estação	Risoto de frango	Fruta da estação
Sexta – Feira	Pão com queijo e orégano assado	Arroz Feijão Frango assado Salada	Fruta da estação	Sopa de ervilha com carne	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).
- Nas refeições é servido água, café com leite, chá ou suco.
- 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

