



CARDÁPIO

OBS: CARDÁPIO SUJEITO ALTERAÇÕES!

OBS. PARA OS BEBÊS CALDOS E ALIMENTOS PASTOSOS!
IVANIR PEREIRA-NUTRICIONISTA-CRN2-8792



CARDÁPIO DA ESCOLA DE EDUCAÇÃO INFANTIL

IVANIR PEREIRA-NUTRICIONISTA-CRN2-8792

OBS: CARDÁPIO SUJEITO ALTERAÇÕES!



OBS: O arroz é do tipo integral dia sim, dia não.

DESJEJUM	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	ARROZ INTEGRAL/FEIJÃO BIFE ACEBOLADO MASSA COM TEMPEROS SALADA MISTA	ARROZ/LENTILHA CORAÇÃOZINHO POLENTA CREMOSA SALADA MISTA	ARROZ/FEIJÃO FRANGO GRElhADO BATATA GRATINADA SALADA MISTA	ARROZ/FEIJÃO CARNE DE PANELA BATATA DOCE SALADA MISTA	ARROZ/FEIJÃO FILE DE GRANGO GRElhADO LEGUMES REFOGADO SALADA MISTA
LANCHE 1 14:30	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA
LANCHE 2 16:30	BOLO DE FRUTAS + CHÁ	PÃO DE QUEIJO COM SUCO DE FRUTAS	PÃO INTEGRAL + PÃO CASEIRO + CHÁ	PIZZA DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE FRUTAS	PÃO DE AIPIM COM MANTEIGA E CHÁ

SALADAS MISTAS; Brócolis, tomate, rabanete, chuchu, couve chinesa, beterraba, cenoura, entre outras da época!
FRUTAS DA ÉPOCA: Mamão, pera, maçã, laranja, bergamota, banana, melão, Kiwi, abacaxi, manga, caqui, entre outras da época!



CARDÁPIO DA ESCOLA DE EDUCAÇÃO INFANTIL

IVANIR PEREIRA-NUTRICIONISTA-CRN2-8792

OBS: CARDÁPIO SUJEITO ALTERAÇÕES!



OBS: O arroz é do tipo integral dia sim, dia não.

DESJEJUM	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	FEIJÃO GALINHADA OVO COZIDO SALADA MISTA	ARROZ/FEIJÃO BIFE ACEBOLADO MASSA COM LEGUMES E TEMPEROS SALADA MISTA	ARROZ/FEIJÃO GALETO POLENTA ASSADA SALADA MISTA	ARROZ/FEIJÃO CARNE DE PANELA BOLINHO DE ARROS COM LEGUMES SALADA MISTA	ARROZ/FEIJÃO CORACÃOZINHO COM MOLHO MASSA COLORIDA SALADA MISTA
LANCHE 1 14:30	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA
LANCHE 2 16:30	BOLO DE LARANJA E AÇÚCAR MASCADO + SUCO NATURAL	PÃO CASEIRO/ BOLO DE CENOURA + CHÁ	PÃO INTEGRAL COM MANTEIGA E SUCO DE FRUTA	CUCA RÁPIDA E CHÁ	FARINÁCEO + CHÁ

SALADAS MISTAS; Brócolis, tomate, rabanete, chuchu, couve chinesa, beterraba, cenoura, entre outras da época!
FRUTAS DA ÉPOCA: Mamão, pera, maçã, laranja, bergamota, banana, melão, Kiwi, abacaxi, manga, caqui, entre outras da época!



CARDÁPIO DA ESCOLA DE EDUCAÇÃO INFANTIL

IVANIR PEREIRA-NUTRICIONISTA-CRN2-8792

OBS: CARDÁPIO SUJEITO ALTERAÇÕES!



OBS: O arroz é do tipo integral dia sim, dia não.

DESJEJUM	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	FEIJÃO VERMELHO ARROZ ISCAS DE CARNE GRELHADA LEGUMES REFOGADO	ARROZ/FEIJÃO GALETO POLENTA GRATINADA SALADA MISTA	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOIDA PURÊ DE BATATAS SALADA MISTA	ARROZ/FEIJÃO CORACÃOZINHO MASSA COM LEGUMES SALADA MISTA	ARROZ FEIJÃO PANQUECAS COLORIDA COM RECHEIO DE FRANGO SALADA MISTA
LANCHE 1 14:30	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA
LANCHE 2 16:30	PÃO CASEIRO COM MANTEIGA + BOLO E CHÁ	PIZZA INTEGRAL+ BOLO+ SUCO DE FRUTAS	PÃO INTEGRAL + BOLO DE AÇÚCAR MASCADO E SUCO DE LARANJA	BOLO DE CENOURA E CHÁ	BOLO DE CENOURA E CHÁ

SALADAS MISTAS; Brócolis, tomate, rabanete, chuchu, couve chinesa, beterraba, cenoura, entre outras da época!
FRUTAS DA ÉPOCA: Mamão, pera, maçã, laranja, bergamota, banana, melão, Kiwi, abacaxi, manga, caqui, entre outras da época!



OBS: O arroz é do tipo integral dia sim, dia não.

DESJEJUM	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	LENTILHA ARROZ INTEGRAL FRANGO GRELHADO LEGUMES REFOGADO	ARROZ/FEIJÃO GALETO POLENTA GRATINADA SALADA MISTA	SOPA DE LEGUMES COM FRANGO	ARROZ FEIJÃO PANQUECAS COLORIDA COM RECHEIO DE CARNE SALADA MISTA	ARROZ FEIJÃO ISCAS DE CARNE COM MOLHO POLENTA GRATINADA
LANCHE 1 14:30	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA	FRUTA DA ÉPOCA
LANCHE 2 16:30	PÃO CASEIRO COM MANTEIGA + BOLO E CHÁ	PIZZA DE FRANGO + SUCO NATURAL	PÃO INTEGRAL + BOLO + CHÁ	BOLO DE AÇÚCAR MASCADO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA + SUCO NATURAL	CUCA RÁPIDA + CHÁ

SALADAS MISTAS: Brócolis, tomate, rabanete, chuchu, couve chinesa, beterraba, cenoura, entre outras da época!

FRUTAS DA ÉPOCA: Mamão, pera, maçã, laranja, bergamota, banana, melão, Kiwi, abacaxi, manga, caqui, entre outras da época!