

CARDÁPIO PARA ESCOLA DE EDUCAÇÃO INFANTIL MÊS DE JUNHO DE 2018.
NÍVEL I – BERCÁRIO (DE 6 MESES A 1 ANO)

Cardápio elaborado por nutricionista Ester Lourenço dos Santos CRN2: 13.480D

Refeição	Horário	Segunda-feira 04/06	Terça-feira 05/06	Quarta-feira 06/06	Quinta-feira 07/06	Sexta-feira 08/06
Lanche da manhã	08:30	Papa de frutas: Banana prata raspadinha com aveia	Papa de frutas: Maçã, banana e mamão	Papa de frutas: Banana, abacate e aveia	Papa de frutas: Pera, banana, laranja	Papa de frutas: Maçã raspadinha com aveia
Almoço	11:00	Papa salgada: Purê de batatinha com carne desfiada e caldo de feijão, cenoura cozida	Papa salgada: Creme de ervilha fresca com batatinha e frango	Papa salgada: Papa de legumes	Papa salgada: Purê de cenoura e batatinha com carne moída e beterraba	Papa salgada: Arroz papa, caldo de feijão e carne picadinha com brócolis
Soninho	13:15	Mamadeira				
Lanche da tarde	14:30	Papa de frutas: Papa de abacate, banana e aveia	Papa de frutas: Papa de maçã, banana e aveia	FRUTAS	Papa de frutas: Papa de banana, mamão e aveia	DIA DO LANCHE DE CASA
Jantar	16:30	Papa salgada: Polenta mole com molho de carne e abóbora	Papa salgada: Arroz cremoso com caldo de feijão e carne	Papa salgada: Risotinho cremoso, caldo de feijão, cenoura amassada	Papa salgada: Polenta cremosa e carne desfiada	Papa salgada: Papa de legumes
Refeição	Horário	Segunda-feira 11/06	Terça-feira 12/06	Quarta-feira 13/06	Quinta-feira 14/06	Sexta-feira 15/06
Lanche da manhã	08:30	Papa de frutas: mamão, banana e aveia	Papa de frutas: abacate, pera e aveia	Papa de frutas: Maçã, banana e mamão	Papa de frutas: Mamão, laranja e aveia	Papa de frutas: Maçã raspadinha com aveia
Almoço	11:00	Papa salgada: Purê de batatas, caldo de feijão carne desfiada, brócolis	Papa salgada: arroz papa, lentilha, frango, couve flor cozida	Papa salgada: Moranga cabotiã caldo de feijão, carne desfiada, brócolis	Papa salgada: Polenta mole, caldo de feijão, carne moída, cenoura cozida	Papa salgada: Massinha, caldo de feijão, frango desfiado, beterraba cozida
Soninho	13:15	Mamadeira				
Lanche da tarde	14:30	Papa de frutas: Mamão e aveia	Papa de frutas: abacate e aveia	Papa de frutas: Banana e aveia	Papa de frutas: Maçã raspadinha e aveia	DIA DO LANCHE DE CASA
Jantar	16:30	Papa salgada: Polenta cremosa, caldinho de feijão, carne desfiada, cenoura cozida	Papa salgada: purê de batatas, lentilha, frango, beterraba cozida	Papa salgada: Arroz papa, caldinho de feijão, carne desfiada, brócolis	Papa salgada: Massa, caldinho de feijão, carne moída, cenoura cozida	Papa salgada: Risoto cremoso de frango e ervilhas frescas
Refeição	Horário	Segunda-feira 18/06	Terça-feira 19/06	Quarta-feira 20/06	Quinta-feira 21/06	Sexta-feira 22/06
Lanche da manhã	08:30	Papa de frutas: Banana prata raspadinha com aveia	Papa de frutas: Papa de pera, banana, laranja e aveia	Papa de frutas: Banana, abacate e aveia	Papa de frutas: Maçã, banana e mamão	Papa de fruta: Maçã raspadinha com aveia
Almoço	11:00	Papa salgada: Arroz papa, caldo de feijão, carne desfiada, abobrinha cozida	Papa salgada: polenta cremosa, caldo de feijão, fígado picadinho, cenoura amassada	Papa salgada: Purê de batata doce, caldo de feijão, frango desfiado, couve flor	Papa salgada: Purê de batatas, lentilha carne moída e beterraba cozida	Papa salgada: Massa, caldo de feijão, frango desfiado, brócolis
Soninho	13:15	Mamadeira				
Lanche da tarde	14:30	Papa de frutas: Maçã, banana e aveia	Papa de frutas: Abacate, pera e aveia	Papa de frutas: Mamão, laranja e aveia	Papa de frutas: Banana, pera e aveia	DIA DO LANCHE DE CASA
Jantar	16:30	Papa salgada: Purê de batatas, caldo de feijão carne desfiada, beterraba cozida	Papa salgada: massa, caldo de feijão, frango desfiado, brócolis	Papa salgada: Arroz papa, caldo de feijão, frango desfiado, cenoura cozida	Papa salgada: Polenta mole, lentilha, carne moída couve flor	Papa salgada: Risoto cremoso de frango, ervilhas frescas
Refeição	Horário	Segunda-feira 25/06	Terça-feira 26/06	Quarta-feira 27/06	Quinta-feira 28/06	Sexta-feira 29/06
Lanche da manhã	08:30	Papa de frutas: Abacate, pera e aveia	Papa de frutas: mamão, banana e aveia	Papa de frutas: Abacate, banana e aveia	Papa de frutas: Mamão, laranja e aveia	Papa de frutas: Maçã raspadinha
Almoço	11:00	Papa salgada: Arroz papa, caldo de feijão e carne picadinha com brócolis	Papa salgada: polenta cremosa, caldo de feijão, fígado picadinho, cenoura amassada	Papa salgada: Purê de batata doce, caldo de feijão, frango desfiado, couve flor	Papa salgada: Purê de batatas, lentilha carne moída e beterraba cozida	Papa salgada: Polenta cremosa, caldo de feijão, frango desfiado, cenoura amassada
Soninho	13:15	Mamadeira				
Lanche da tarde	14:30	Papa de frutas: Maçã, banana e aveia	Papa de frutas: abacate, pera e aveia	Papa de frutas: Mamão, laranja e aveia	Papa de frutas: Banana, pera e aveia	DIA DO LANCHE DE CASA
Jantar	16:30	Papa salgada: purê de batatas, caldo de feijão carne desfiada, beterraba cozida	Papa salgada: massa, caldo de feijão, frango desfiado, brócolis	Papa salgada: Arroz papa, caldo de feijão, frango desfiado, cenoura cozida	Papa salgada: Polenta mole, lentilha, carne moída couve flor	Papa salgada: Risoto cremoso de frango, ervilhas frescas

OBS: Nas preparações que vão as leguminosas como o feijão e a lentilha verificar se a criança já está recebendo o grão inteiro, se não, oferecer só o caldo com os demais legumes.

Cardápio está sujeito a alterações, conforme disponibilidade de produtos

CARDÁPIO PARA ESCOLA DE EDUCAÇÃO INFANTIL MÊS DE JUNHO DE 2018.
NÍVEL II, III, IV e V (APARTIR DE 1 ANO)

Cardápio elaborado por nutricionista Ester Lourenço dos Santos CRN2: 13.480D

Refeição	Horário	Segunda-feira 04/06	Terça-feira 05/06	Quarta-feira 06/06	Quinta-feira 07/06	Sexta-feira 08/06
Lanche da manhã	08:30	FRUTAS	Chá de frutas Bolinho caseiro (laranja)	Leite com chocolate (cacau) Bisnaguinha com requeijão	Café com leite, pão caseiro com geleia	FRUTAS
Almoço	11:00	Macarrão, feijão, sardinha com molho Refogado de legumes	Arroz, feijão, Escondidinho de batata com carne moída, salada de beterraba	Arroz com ervilhas, fígado acebolado Repolho refogado	Arroz, feijão, mandioca cozida, frango assado, salada de tomate	Polenta mole, feijão, carne cozida com batatas, cenoura cozida
Soninho	13:15	Mamadeira				
Lanche da tarde	14:30	Fruta picadinha Biscoitos	Chá de frutas Bolo de maçã	FRUTAS	Mingau de aveia	DIA DO LANCHE DE CASA
Jantar	16:30	Risoto, lentilha e salada de brócolis	Macarrão com atum Refogado de abobrinha	Sopa de legumes	Risoto, feijão, cenoura ralada	
Refeição	Horário	Segunda-feira 11/06	Terça-feira 12/06	Quarta-feira 13/06	Quinta-feira 14/06	Sexta-feira 15/06
Lanche da manhã	08:30	FRUTAS	Café com leite, sanduíche integral com queijo	FRUTAS	Chá de frutas, bolo integral de banana	Café com leite, pão integral com geleia
Almoço	11:00	Carreteiro Feijão preto Salada de brócolis	Purê de abobora com ervilhas Carne em cubos Salada de tomate	Arroz, feijão carioca Frango em cubos com batatas Salada de cenoura	Arroz e feijão carioca Ovos cozidos Salada de beterraba	Purê de batatas Feijão carioca Carne moída Salada de chuchu
Soninho	13:15	Mamadeira				
Lanche da tarde	14:30	FRUTAS	Arroz de leite com açúcar mascavo	FRUTAS	Creme de chocolate (cacau)	DIA DO LANCHE DE CASA
Jantar	16:30	Polenta mole, feijão, iscas de carne, cenoura cozida	Sopa de legumes	Carreteiro, feijão, salada brócolis	Macarrão, carne moída, feijão, salada de vagem	
Refeição	Horário	Segunda-feira 18/06	Terça-feira 19/06	Quarta-feira 20/06	Quinta-feira 21/06	Sexta-feira 22/06
Lanche da manhã	08:30	FRUTAS	Café com leite, pão integral com geleia	FRUTAS	Café com leite Bisnaguinha com geleia	Iogurte com biscoitos integrais
Almoço	11:00	Arroz, feijão, iscas de carne, abobrinha refogada, salada de beterraba	Polenta cremosa, feijão, fígado acebolado, salada de cenoura	Lasanha de frango, salada de couve flor	Arroz, batatas douradas, lentilha, almondegas, salada beterraba cozida	Macarrão, frango grelhado, feijão, salada de brócolis
Soninho	13:15	Mamadeira				
Lanche da tarde	14:30	FRUTAS	Chá de frutas, bolo de banana e aveia	FRUTAS	Chá de frutas, pipoca doce (açúcar mascavo)	DIA DO LANCHE DE CASA
Jantar	16:30	Polenta mole, carne moída, cenoura cozida	Sopa de lentilha (frango cenoura e batatas)	Risoto, ervilhas frescas, couve flor	Carreteiro e brócolis	
Refeição	Horário	Segunda-feira 25/06	Terça-feira 26/06	Quarta-feira 27/06	Quinta-feira 28/06	Sexta-feira 29/06
Lanche da manhã	08:30	FRUTAS	Achocolatado (sem açúcar), bolachinhas integrais	FRUTAS	Chá de frutas, bolo caseiro	Vitamina de banana com aveia
Almoço	11:00	Arroz colorido (cenoura, milho), feijão, frango assado salada de brócolis	Polenta cremosa, feijão, carne de porco com molho, salada de alface e cenoura	Purê de batata, feijão, file de peixe grelhado, salada de tomate	Arroz, feijão, hambúrguer de carne moída, salada de beterraba	Macarrão, carne moída, feijão, salada de vagem
Soninho	13:15	Mamadeira				
Lanche da tarde	14:30	FRUTAS	Chá de frutas, bolo caseiro	FRUTAS	Mingau de chocolate (cacau)	DIA DO LANCHE DE CASA
Jantar	16:30	Carreteiro, feijão, salada de tomate	Sopa de legumes (cenoura, batata, chuchu)	Arroz com galinha, feijão, salada de brócolis	Sopa de feijão (massa, cenoura, tomate, brócolis)	

OBS: O horário do Soninho as 13h15 é para as crianças que ainda utilizam a mamadeira;
Cardápio está sujeito a alterações, conforme disponibilidade de produtos.