

## CARDÁPIO JOÃO E MARIA BABY

**Março 2020**

Dia	Café da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
02/03 Segunda-feira	Papa de frutas	Sopinha de legumes com frango	Papa de frutas	Canja de galinha
03/03 Terça-feira	Papa de frutas	Sopinha de carne com legumes	Papa de frutas	Purê de aipim com carne
04/03 Quarta-feira	Papa de frutas	Caldo de frango com batata, arroz, repolho, abóbora e tomate	Papa de frutas	Caldo de frango com batata, arroz, repolho, abóbora e tomate
05/03 Quinta-feira	Papa de frutas	Creme de legumes com caldo de carne	Papa de frutas	Papa de macarrão ao sugo
06/03 Sexta-feira	Papa de frutas	Papa de batata doce e inglesa com abóbora, couve-flor e molho de carne	Papa de frutas	Carreteiro (arroz com iscas de carne e legumes)
09/03 Segunda-feira	Papa de frutas	Papa de legumes com frango e arroz	Papa de frutas	Polenta ao molho de frango
10/03 Terça-feira	Papa de frutas	Papa de legumes com frango	Papa de frutas	Papa de legumes com frango
11/03 Quarta-feira	Papa de frutas	Sopinha de legumes com macarrão	Papa de frutas	Sopinha de legumes com macarrão
12/03 Quinta-feira	Papa de frutas	Papa de batata com frango e legumes	Papa de frutas	Canja de carne (sopa de carne com arroz e 3 legumes)
13/03 Sexta-feira	Papa de frutas	Purê de batata com cenoura, chuchu e molho de frango	Papa de frutas	Papa de macarrão com franguinho
16/03 Segunda-feira	Papa de frutas	Sopa de frango com arroz e pedacinhos de cenoura e espinafre	Papa de frutas	Sopinha de caldo de feijão com cenoura e beterraba
17/03 Terça-feira	Papa de frutas	Arroz papa com abóbora, abobrinha e caldo de feijão	Papa de frutas	Sopa de legumes
18/03 Quarta-feira	Papa de frutas	Polenta com cenoura, brócolis e molho de frango	Papa de frutas	Polenta c/ molho de frango
19/03 Quinta-feira	Papa de frutas	Sopa de legumes com carne	Papa de frutas	Sopa de legumes com carne
20/03 Sexta-feira	Papa de frutas	Sopa de macarrão, carne e legumes	Papa de frutas	Papa de arroz com carne
23/03 Segunda-feira	Papa de frutas	Purê de cenoura, batata e caldinho de feijão	Papa de frutas	Papa de macarrão com legumes
24/03 Terça-feira	Papa de frutas	Papa de massa com abóbora, brócolis e molho de frango	Papa de frutas	Canja (sopa de frango com arroz com legumes)
25/03 Quarta-feira	Papa de frutas	Arroz papa com carne moída e legumes	Papa de frutas	Purê de macarrão à bolonhesa
26/03 Quinta-feira	Papa de frutas	Papa de legumes com frango	Papa de frutas	Polenta com frango
27/03 Sexta-feira	Papa de frutas	Creme de batata com carne	Papa de frutas	Papa de arroz c/ carne e batata
30/03 Segunda-feira	Papa de frutas	Papa de legumes com frango	Papa de frutas	Canja de galinha
31/03 Terça-feira	Papa de frutas	Sopinha com legumes e arroz	Papa de frutas	Sopinha com legumes e arroz

OBS: 1) O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores, sazonalidade e aceitação das crianças. 2) As sopas para os bebês serão amassadas. 3) Caso não seja aceita a preparação sugerida no cardápio será servido sopa. 4) Os chá servidos serão dos seguintes sabores: camomila, melissa, erva-doce, erva-cidreira, hortelã e maçã. 5) Quando não tiver oferta de bebida no cardápio será oferecida água. 6) O cardápio do berçário é isento de adição de qualquer tipo de açúcar, já no cardápio dos maiores quando houver a necessidade da adição de açúcar nos sucos e chás será utilizado açúcar mascavo com moderação. 7) Molho sugo: molho de tomate frescos enriquecido com suco de cenoura e beterraba/ elaboramos com abóbora ou outros legumes os molhos, sempre naturais. 8) Utilizamos sempre 3 legumes para deixar balanceado o cardápio diariamente, dando o aporte de vitaminas e minerais que as crianças necessitam NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: MICHÉLLE DE TOLEDO PIZA – CRN8-067/15s.

## CARDÁPIO JOÃO E MARIA BABY

**MARÇO 2020**

Dia	Café da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
<b>02/03</b> Segunda-feira	Frutas picadas	Sopinha de legumes com frango	Frutas picadas	Canja de galinha
<b>03/03</b> Terça-feira	Frutas picadas	Sopinha de carne com legumes	Frutas picadas	Purê de aipim com carne
<b>04/03</b> Quarta-feira	Frutas picadas	Caldo de frango com batata, arroz, repolho, abóbora e tomate	Frutas picadas	Caldo de frango com batata, arroz, repolho, abóbora e tomate
<b>05/03</b> Quinta-feira	Frutas picadas	Creme de legumes com caldo de carne	Frutas picadas	Macarrão ao molho
<b>06/03</b> Sexta-feira	Frutas picadas	Batata doce e inglesa com abóbora, couve-flor e molho de carne	Frutas picadas	Carreteiro (arroz com carne e legumes)
<b>09/03</b> Segunda-feira	Frutas picadas	Legumes com frango e arroz	Frutas picadas	Polenta ao molho de frango
<b>10/03</b> Terça-feira	Frutas picadas	Papa de legumes com ovos	Frutas picadas	Arroz com ovo
<b>11/03</b> Quarta-feira	Frutas picadas	Sopinha de legumes com macarrão	Frutas picadas	Sopinha de legumes com macarrão
<b>12/03</b> Quinta-feira	Frutas picadas	Papa de batata com frango e legumes	Frutas picadas	Canja de carne (sopa de carne com arroz e 3 legumes)
<b>13/03</b> Sexta-feira	Frutas picadas	Purê de batata com cenoura, chuchu e molho de frango	Frutas picadas	Macarrão com franguinho
<b>16/03</b> Segunda-feira	Frutas picadas	Sopa de frango com arroz e pedacinhos de cenoura e vagem	Frutas picadas	Sopinha de caldo de feijão com cenoura e beterraba
<b>17/03</b> Terça-feira	Frutas picadas	Arroz papa com abóbora, abobrinha e caldo de feijão	Frutas picadas	Sopa de legumes
<b>18/03</b> Quarta-feira	Frutas picadas	Polenta com cenoura, brócolis e molho de frango	Frutas picadas	Polenta c/ molho de frango
<b>19/03</b> Quinta-feira	Frutas picadas	Sopa de legumes com carne	Frutas picadas	Sopa de feijão
<b>20/03</b> Sexta-feira	Frutas picadas	Sopa de macarrão, carne e legumes	Frutas picadas	Arroz com carne
<b>23/03</b> Segunda-feira	Frutas picadas	Purê de cenoura, batata salsa e caldinho de feijão	Frutas picadas	Papa de macarrão com legumes
<b>24/03</b> Terça-feira	Frutas picadas	Macarrão com abóbora, brócolis e molho de frango	Frutas picadas	Canja (sopa de frango com arroz com legumes)
<b>25/03</b> Quarta-feira	Frutas picadas	Arroz com carne moída e legumes	Frutas picadas	Macarrão à bolonhesa
<b>26/03</b> Quinta-feira	Frutas picadas	Papa de legumes com frango	Frutas picadas	Polenta com frango
<b>27/03</b> Sexta-feira	Frutas picadas	Creme de batata com carne	Frutas picadas	Arroz c/ carne e batata
<b>30/03</b> Segunda-feira	Frutas picadas	Legumes com frango	Frutas picadas	Canja de galinha
<b>31/03</b> Terça-feira	Frutas picadas	Sopinha de feijão com chuchu e cenoura	Frutas picadas	Sopa de feijão

# CARDÁPIO JOÃO E MARIA

**Março 2020**

Dia	Café da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
<b>02/03</b> <b>Segunda-feira</b>	Biscoito com geleia Chá	Franguinho ao molho Arroz / feijão 2 opções de saladas	Rosquinha Suco de fruta	Canja de legumes
<b>03/03</b> <b>Terça-feira</b>	Pão com requeijão Suco de fruta	Picadinho de carne com chuchu Arroz/feijão 2 opções de saladas	Suco de frutas com pão	Sopa de legumes com carne
<b>04/03</b> <b>Quarta-feira</b>	Frutas picadas (3 variedades)	Frango ao molho c/ legumes Arroz / Feijão 2 opções de saladas	Bolo de banana Chá	Caldo de frango com batata, arroz, repolho, abóbora e tomate
<b>05/03</b> <b>Quinta-feira</b>	Rosquinha Iogurte	Omelete de espinafre Arroz/ Feijão 2 opções de saladas	Bolacha maisena Suco de fruta	Carreteiro (arroz com carne e legumes)
<b>06/03</b> <b>Sexta-feira</b>	Pão caseiro com manteiga chá	Carne de panela com abóbora Arroz/ feijão 2 opções de saladas	Frutas	Macarrão ao sugo
<b>09/03</b> <b>Segunda-feira</b>	Torrada com chá	Frango com abóbora Arroz / feijão 2 opções de saladas	Bolacha salgada Suco de fruta	Polenta ao molho de frango
<b>10/03</b> <b>Terça-feira</b>	Bolacha integral salgada	Ovo cozido Arroz/Feijão 2 opções de saladas	frutas	Risoto de carne com legumes
<b>11/03</b> <b>Quarta-feira</b>	Frutas	Arroz/feijão Com carne moída e espinafre 2 opções de saladas	Bolo de fubá Chá	Macarrão parafuso ao molho de carne
<b>12/03</b> <b>Quinta-feira</b>	Rosquinhas Suco de frutas	Omelete c/ cenoura Arroz/ Feijão 2 opções de saladas	Pão com queijo Achocolatado	Canja de carne (sopa de carne com arroz e 3 legumes)
<b>13/03</b> <b>Sexta-feira</b>	Pão com requeijão Suco	Franguinho com cenoura Arroz / feijão 2 opções de saladas	Frutas da época	Macarrão com franguinho
<b>16/03</b> <b>Segunda-feira</b>	Frutas picadas (3 variedades) Iogurte	Macarrão parafuso ao molho de frango 2 opções de saladas	Pão com requeijão Chá	Risoto de frango
<b>17/03</b> <b>Terça-feira</b>	Biscoito maisena Chá	Carne ensopada Arroz/feijão 2 opções de saladas	Frutas da época	Sopa de legumes
<b>18/03</b> <b>Quarta-feira</b>	Biscoito salgado de gergelim Suco	Omelete com legumes Arroz / Feijão 2 opções de saladas	Bolo de cenoura Chá	Polenta com frango
<b>19/03</b> <b>Quinta-feira</b>	Bolo com chá	Bolinho de carne assado Arroz/Feijão 2 opções de saladas	Frutas da época	Sopa de feijão
<b>20/03</b> <b>Sexta-feira</b>	Frutas picadas	Macarrão com legumes e carne 2 opções de saladas	Bolacha caseira Chá	Arroz com carne
<b>23/03</b> <b>Segunda-feira</b>	Bolacha simples Chá	Ovos cozidos Arroz/Feijão/ farofa 2 opções de saladas	Iogurte Biscoito salgado	Arroz c/ carne e batata
<b>24/03</b> <b>Terça-feira</b>	Pão com geleia Suco de laranja	Frango picadinho Macarrão espaguete com legumes 2 opções de saladas	Frutas da época	Canja (sopa de frango com arroz com legumes)
<b>25/03</b> <b>Quarta-feira</b>	Bolo seco Chá	Carne moída com legumes Arroz / feijão 2 opções de saladas	Bolinho de polvilho Suco de fruta	Risoto de frango
<b>26/03</b> <b>Quinta-feira</b>	Rosquinhas de polvilho Suco de frutas	Frango assado com legumes Arroz/ Feijão 2 opções de saladas	Bolo de laranja Chá	Polenta com carne
<b>27/03</b> <b>Sexta-feira</b>	Pão com queijo Chá	Carne ao molho c/ batata Arroz/ Feijão 2 opções de saladas	Frutas da época	Macarrão ao sugo
<b>30/03</b> <b>Segunda-feira</b>	Torrada com requeijão Suco de frutas	Franguinho com legumes Arroz / Feijão 2 opções de saladas	Biscoito salgado com chá	Canja de galinha
<b>31/03</b> <b>Terça-feira</b>	Bolo integral Chá	Omelete com legumes Arroz/Feijão 2 opções de saladas	Pão requeijão Suco de frutas	Sopa de feijão