



CARDÁPIO INFANTIL JOÃO E MARIA

Novembro 2018

Dia	Café da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
01/11 Quinta-feira	Papa de frutas	Sopa de frango com aletria e espinafre	Papa de frutas	Polenta com carne moída
02/11 Sexta-feira	Feriado	Feriado	Feriado	Feriado
05/11 Segunda-feira	Papa de frutas	Papa de legumes com frango	Papa de frutas	Sopa de legumes com arroz e frango
06/11 Terça-feira	Papa de frutas	Papa de legumes com feijão	Papa de frutas	Carreteiro (arroz com iscas de carne e legumes)
07/11 Quarta-feira	Papa de frutas	Papa de cenoura e vagem com clara de ovo amassadinha	Papa de frutas	Sopinha de feijão
08/11 Quinta-feira	Papa de frutas	Papa de batata com frango e legumes	Papa de frutas	Papa de macarrão com carne
09/11 Sexta-feira	Papa de frutas	Purê de batata com cenoura, chuchu e molho de frango	Papa de frutas	Sopa de legumes com macarrão
12/11 Segunda-feira	Papa de frutas	Sopa de frango com arroz e pedacinhos de cenoura e vagem	Papa de frutas	Risoto de frango com legumes
13/11 Terça-feira	Papa de frutas	Arroz papa com abóbora, abobrinha e caldo de feijão	Papa de frutas	Sopa de aveia
14/11 Quarta-feira	Papa de frutas	Polenta com cenoura, brócolis e molho de frango	Papa de frutas	Papa de macarronada com legumes
15/11 Quinta-feira	Feriado	Feriado	Feriado	Feriado
16/11 Sexta-feira	Feriado	Feriado	Feriado	Feriado
19/11 Segunda-feira	Papa de frutas	Purê de cenoura, batata salsa e caldinho de feijão	Papa de frutas	Purê de batata com frango
20/11 Terça-feira	Papa de frutas	Massa sem glúten amassada com abóbora, brócolis e molho de frango	Papa de frutas	Papa de macarrão ao sugo
21/11 Quarta-feira	Papa de frutas	Arroz papa com carne moída e legumes	Papa de frutas	Canja
22/11 Quinta-feira	Papa de frutas	Papa de legumes com frango	Papa de frutas	Polenta com molho de legumes e frango
23/11 Sexta-feira	Papa de frutas	Papa de aipim com chuchu, ervilha, cenoura e molho de carne	Papa de frutas	Sopa de legumes com aletria
26/11 Segunda-feira	Papa de frutas	Papa de legumes com frango	Papa de frutas	Polenta cremosa com frango
27/11 Terça-feira	Papa de frutas	Canja (sopa de frango com arroz com 3 variedades legumes)	Papa de frutas	Sopinha de lentilha com legumes
28/11 Quarta-feira	Papa de frutas	Sopinha com legumes + feijão	Papa de frutas	Sopa de legumes com macarrão de letrinha
29/11 Quinta-feira	Papa de frutas	Papa de legumes com molho de carne	Papa de frutas	Sopa de legumes com macarrão de letrinha
30/11 Sexta-feira	Papa de frutas	Papa de arroz, legumes e frango	Papa de frutas	Canjinha de legumes

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) Para os maternos, caso não seja aceita a preparação sugerida no cardápio será servida sopa. 4) Os chás 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 HÜBNER – CRN8-067/15s.



CARDÁPIO INFANTIL I, II, III, IV, PRÉ I, PRÉ II, PRÉ III JOÃO E MARIA

Dia	Café da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
01/11 Quinta-feira	Frutas picadas (3 variedades)	Bolinho de carne assado com legumes Arroz / Feijão 2 opções de saladas	Bolo seco Chá	Polenta com carne moída
02/11 Sexta-feira	Feriado	Feriado	Feriado	Feriado
05/11 Segunda-feira	Pão caseiro com requeijão chá	Carne cozida com legumes Arroz/ Feijão 2 opções de saladas	Biscoito salgado chá	Sopa de legumes
06/11 Terça-feira	Fruta	Frango com batata Arroz / feijão 2 opções de saladas	Fruta	Carreteiro (arroz com iscas de carne e legumes)
07/11 Quarta-feira	Bolacha integral salgada chá	Omelete com legumes Arroz/Feijão 2 opções de saladas	Rosquinha com suco	Sopa de feijão
08/11 Quinta-feira	Cereais com frutas Suco	Carne de panela com legumes Arroz /Feijão 2 opções de saladas	Bolo seco Chá	Polenta cremosa com molho
09/11 Sexta-feira	Rosquinhas Suco de laranja	Omelete de cenoura e brócolis Arroz/ Feijão Salada de beterraba	Pão com queijo Suco	Macarrão parafuso ao molho de carne
12/11 Segunda-feira	Pão com requeijão Suco	Fricassê de frango Arroz / batatas 2 opções de saladas	Frutas da época	Risoto de frango com legumes
13/11 Terça-feira	Frutas picadas (3 variedades)	Carne com abóbora Arroz/Feijão 2 opções de saladas	Pão com requeijão Chá	Sopa de legumes com arroz
14/11 Quarta-feira	Bolo de cenoura Chá	Frango com batata ensopada Arroz/Feijão 2 opções de saladas	Frutas da época	Macarronada com legumes
15/11 Quinta-feira	Feriado	Feriado	Feriado	Feriado
16/11 Sexta-feira	Feriado	Feriado	Feriado	Feriado
19/11 Segunda-feira	Bolacha caseira Achocolatado	Frango com legumes Arroz/Feijão 2 opções de saladas	Frutas picadas	Purê de batata com frango
20/11 Terça-feira	Bolo integral Chá	Carne moída com brócolis Arroz/Feijão 2 opções de saladas	Biscoito salgado Com suco	Macarronada ao sugo
21/11 Quarta-feira	Pão com queijo Suco de laranja	Frango picadinho com legumes Arroz/Feijão 2 opções de saladas	Frutas da época	Canja (sopa de frango com arroz com legumes)
22/11 Quinta-feira	Bolo seco Chá	Bife com batata Arroz / feijão 2 opções de saladas	Bolacha simples Suco de fruta	Polenta com molho de legumes e frango
23/11 Sexta-feira	Rosquinhas de polvilho chá	Frango com legumes Arroz/ Feijão 2 opções de saladas	Bolo de laranja Chá	Monte seu sanduiche sozinho (pão, queijo, presunto, alface, tomate) Suco de frutas
26/11 Segunda-feira	Pão com requeijão Suco de fruta	Omelete de legumes Arroz/Feijão 2 opções de saladas	Biscoito salgado com suco	Polenta com frango
27/11 Terça-feira	Bolacha salgada Chá	Frango ao molho Arroz/ Purê de batata 2 opções de saladas	Bolo seco Chá	Sopinha de feijão com macarrão
28/11 Quarta-feira	Bolo integral Chá	Carne moída com legumes Arroz/Feijão 2 opções de saladas	Rosquinha Suco de fruta	Macarrão com molho de carne
29/11 Quinta-feira	Pão com requeijão Suco de fruta	Picadinho de carne com legumes Arroz/Feijão 2 opções de saladas	Frutas da época	Sopa de legumes com macarrão de letrinha
30/11 Sexta-feira	Bolo seco chá	Frango empanado e assado Arroz/Feijão 2 opções de saladas	Fruta	Sanduiche quente