

Cardápio Mensal Dezembro 2019

1ª Semana: de 02 a 06 de Dezembro

Refeição	Segunda-feira 02/12	Terça-Feira 03/12	Quarta-Feira 04/12	Quinta-Feira 05/12	Sexta-Feira 06/12
Lanche da Manhã	Suco Natural de Maracujá	Suco de Fruta Natural Laranja	Suco de Fruta Natural Limão	Suco Natural de Abacaxi	Suco Natural Maracujá
	Mini Misto Quente	Bolo de Cenoura com Cacau	Mini Pizza	Bisnaguinha com Muçarela	Pão de Coco com Creme de Ricota
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Almoço					
Almoço	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Espaguete á Bolonhesa ou Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Integral e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca
Prato Principal	Carne Guisada	Cação em Posta	Carne Assada e Desfiada	Tirinhas de Frango Empanadas (aveia)	Carne Moída Refogada com Abobrinha
Guarnição	Batata Corada	Couve Refogada	Espinafre Refogado	Raminhos de Brócolis	Batata Palito Assada
Salada	Salada Verde com Tomate Cereja	Salada de Alface Crespa	Salada de Acelga e Pepino	Salada de Alface Americana	Salada de Alface Lisa
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Lanche da Tarde					
Lanche da Tarde	Suco de Fruta Natural de Limão	Suco de Fruta Natural de Maracujá	Suco Natural de Abacaxi	Suco Natural de Laranja	Suco Natural de Limão com Beterraba
	Mini Pão Francês com Requeijão	Mini Pão de Queijo	Mini Esfiha de Frango enriquecida com linhaça	Pão de Batata enriquecido com linhaça	Mini Pizza
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Jantar					
Jantar	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca
Prato Principal	Frango Dourado	Bife Grelhado	Sobrecoxa de Frango ao Molho de Tomates	Carne Cozida em Cubos	Frango Assado
Salada	Salada de Alface Americana	Salada de Acelga	Salada de Repolho	Salada Alface Crespa	Salada de Acelga
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

Cardápio sujeito a alterações.

Observação Importante: Os recheios dos pães irão variar de acordo com a restrição alimentar de cada criança.

Todos os salgados são assados ao forno, com isso, livres de frituras;

Os sucos são produzidos da própria fruta e adoçados de forma saudável para que as crianças aprendam a saborear os alimentos com sua composição natural