

CARDÁPIO - 2ª SEMANA
12 a 16 de abril de 2021



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
ALMOÇO					
SALADA	Alface Tomate Milho verde	Alface Tomate Cenoura ralada	Alface Tomate Pepino (em rodela)	Alface Tomate Beterraba ralada	Alface Tomate Abobrinha
PRATO BASE	Arroz + Feijão	Arroz + Feijão	Arroz + Feijão	Arroz + Feijão	Arroz + Feijão
PRATO PRINCIPAL	Carne Moida c/ cenoura	Filé de frango grelhado	Picadinho de carne c/ legumes	Iscas de frango crocante	Ovos mexidos
GUARNIÇÃO	Batata palito assada	Misto de flor	Farofa rica	Purê de batata	Macarrão ao sugo
SOBREMESA	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época	Gelatina	Frutas da época
LANCHE DA TARDE					
LANCHES	Pão de queijo Chocolate quente Uva (sem semente)	Mini esfiha de frango Suco integral pasteurizado* Banana	Pão de leite c/ presunto e queijo Iogurte de morango Melão	Queijo quente Suco integral pasteurizado* Melancia	Pipoca Suco integral pasteurizado* Bolo formigueiro
Observações Importantes					
- Opção do Prato Principal: filé de frango grelhado/ preparações à base de ovos como omelete e ovos grelhados ou mexidos; - * Suco integral pasteurizado (sem adição de açúcar, corantes, conservantes e aromatizantes); Nas refeições serão oferecidos o mesmo padrão de sucos; - Será oferecido arroz integral como opção complementar (2 vezes na semana), caso a criança só consuma arroz integral será oferecido diariamente; - Opção para substituir o lanche (caso a criança rejeite o lanche do dia): pão francês c/ margarina ou bolacha simples (maria, maisena, rosquinha de coco); - No dia que constar no cardápio massa na guarnição, não será oferecido arroz e teremos uma leguminosa na constituição da salada; - ** No último dia do cardápio do mês, inclusão de uma nova leguminosa.					

Elaboração: Nutricionista Cinthia Auricchio Araujo CRN: 15167

****Cardápio sujeito a alterações****

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
ALMOÇO					
SALADA	Alface Tomate Pepino (em rodela)	Alface Tomate Chuchu	Feriado	Alface Tomate Milho verde	Alface Tomate Abobrinha
PRATO BASE	Arroz + Feijão	Arroz + Feijão		Arroz + Feijão	Arroz + Feijão
PRATO PRINCIPAL	Bife de panela	Filé de frango à pizzaiolo		Isclas de peixe crocante	Omelete de forno
GUARNIÇÃO	Batata rústica	Crema de milho		Legumes na manteiga	Brócolis refogado
SOBREMESA	Frutas da época	Frutas da época		Gelatina	Frutas da época
LANCHES	Mini esfiha de carne Suco integral pasteurizado* Gelatina	Misto quente (pão de forma) Suco integral pasteurizado* Manga	Feriado	Pão de queijo Chocolate quente/frio Maçã	Mini pão de batata de requeijão Suco integral pasteurizado* Banana
Observações Importantes					
- Opção do Prato Principal: filé de frango grelhado/ preparações à base de ovos como omelete e ovos grelhados ou mexidos; - * Suco integral pasteurizado (sem adição de açúcar, corantes, conservantes e aromatizantes); Nas refeições serão oferecidos o mesmo padrão de sucos; - Será oferecido arroz integral como opção complementar (2 vezes na semana), caso a criança só consuma arroz integral será oferecido diariamente; - Opção para substituir o lanche (caso a criança rejeite o lanche do dia): pão francês c/ margarina ou bolacha simples (maria, maisena, rosquinha de coco); - No dia que constar no cardápio massa na guarnição, não será oferecido arroz e teremos uma leguminosa na constituição da salada; - ** No último dia do cardápio do mês, inclusão de uma nova leguminosa.					

Elaboração: Nutricionista Cinthia Auricchio Araujo CRN: 15167

****Cardápio sujeito à alterações****