

Cardápio Mensal **Dezembro 2018**

1ª Semana: de 03 a 07 de Dezembro

Refeição	Segunda-feira 03/12	Terça-Feira 04/12	Quarta-Feira 05/12	Quinta-Feira 06/12	Sexta-Feira 07/12
Lanche da Manhã	Suco Natural de Abacaxi	Chocolate Quente/Frio	Suco Natural de Laranja	Suco Natural de Limão com Beterraba	Suco Natural de Maracujá
	Mini Pão de Queijo	Pão Crocante	Mini Esfiha de Frango (Enriquecida com Linhaça)	Mini Misto Quente	Bisnaguinha com Queijo Branco
	Fruta da Época	Fruta da Época	Gelatina	Fruta da Época	Fruta da Época
Almoço	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Macarrão à Bolonhesa ou Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão
Prato Principal	Isca de Carne Grelhada	Cubos de Cação empanado (aveia) ao forno	Carne Moída a Primavera	Escalopinho de Carne Grelhado	Cação Assado
Guarnição	Mix de Flor (brócolis e couve-flor)	Batata Corada	Escarola Refogada com Milho	Brócolis Refogado	Espinafre Refogado
Salada	Salada de Repolho	Salada de Alface Lisa	Salada Mix de Folhas	Salada de Alface Mimososa	Salada de Alface Lisa
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Lanche da Tarde	Suco Natural de Maracujá	Suco Natural de Limão	Suco Natural de Abacaxi com Hortelã	Suco Natural de Limão com Couve	Suco Natural de Laranja com Cenoura
	Pão Francês Integral com Peito de Peru	Tostex de Muçarela e tomate picado	Pão de Queijo	Bolo de Espinafre em Calda de Cacau	Mini Pizza
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Jantar	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão ou Creme de Legumes	Arroz e Feijão
Prato Principal	Filé de Coxa Assada	Omelete de Legumes	Quibe de Forno	Isclas de Frango Grelhadas	Hambúrguinho Caseiro Grelhado
Salada	Salada de Alface Americana	Salada de Acelga	Salada de Couve com Tomate Cereja	Salada de Alface Crespa	Salada de Alface Americana
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

Cardápio Mensal **Dezembro 2018**

2ª Semana: de 10 a 14 de Dezembro

Refeição	Segunda-feira 10/12	Terça-Feira 11/12	Quarta-Feira 12/12	Quinta-Feira 13/12	Sexta-Feira 14/12
Lanche da Manhã	Suco Natural de Maracujá com Couve	Suco Natural de Abacaxi	Suco Natural de Limão	Suco Natural de Laranja	FÉRIAS
	Tostex com muçarela e Tomate Picado	Mini Pão de Batata	Mini Pão de Queijo	Muffin de Chocolate Integral	FÉRIAS
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	FÉRIAS
Almoço	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Macarrão ao molho Sugo Opção: Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	FÉRIAS
Prato Principal	Isca de Frango Refogado com Tomates e Azeitonas	Escalopinho de Carne	Cação Assado	Picadinho de Carne com Legumes	FÉRIAS
Guarnição	Purê de Mandioquinha	Brócolis Refogado	Escarola Refogada com Milho	Espinafre Refogado	FÉRIAS
Salada	Salada Mix de Folhas	Salada de Alface Lisa	Salada de Tomate	Salada de Alface Crespa	FÉRIAS
Sobremesa	Fruta da Época	Gelatina	Fruta da Época	Fruta da Época	FÉRIAS
Lanche da Tarde	Suco Natural de Limão	Suco Natural Laranja com Cenoura	Suco Natural de Maracujá	Suco Natural de Abacaxi com Hortelã	FÉRIAS
	Pão de Queijo	Pão Francês Integral com Creme de Ricota	Pão de Leite com Peito de Peru	Bisnaguinha com Queijo Branco	FÉRIAS
	Espetinho de Fruta	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	FÉRIAS
Jantar	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão Sopa de Abóbora com Carne	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	FÉRIAS
Prato Principal	Picadinho de Carne com Legumes	Sobrecoxa Assada com Tomate	Bifinho Grelhado	Escalopinho de Frango Grelhado	FÉRIAS
Salada	Salada de Alface Crespa	Salada Mix de Folhas	Salada de Alface Lisa	Salada de Alface Americana	FÉRIAS
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	FÉRIAS

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