

## Cardápio Mensal

### Abril 2019

**1ª Semana: de 01 e 05 de Abril**

| Refeição               | Segunda-feira<br>01/04          | Terça-Feira<br>02/04                     | Quarta-Feira<br>03/04                               | Quinta-Feira<br>04/04                              | Sexta-Feira<br>05/04                |
|------------------------|---------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------|
| <b>Lanche da Manhã</b> | Suco Natural de Abacaxi         | <b>Suco de Fruta Natural</b>             | Suco Natural de Laranja                             | Suco Natural de Limão com Beterraba                | Suco Natural de Maracujá            |
|                        | <b>Mini Pão de Mandioquinha</b> | <b>Pão de Forma Caseiro</b>              | <b>Pão Fofinho</b>                                  | <b>Pão de Batata</b>                               | <b>Pão de Cenoura</b>               |
|                        | Fruta da Época                  | Fruta da Época                           | <b>Fruta da Época</b>                               | Fruta da Época                                     | Fruta da Época                      |
| <b>Almoço</b>          | Arroz Branco e Feijão Carioca   | Arroz Branco e Feijão Carioca            | Macarrão à ao Alho ou Arroz Branco e Feijão Carioca | Arroz Branco e Feijão Carioca                      | Arroz Branco e Feijão Carioca       |
| <b>Prato Principal</b> | Isca de Carne Grelhada          | Cubos de Cação empanado (aveia) ao forno | Carne Cozida em Cubos                               | Frango Picadinho                                   | Cação Assado                        |
| <b>Guarnição</b>       | Chips de Inhame                 | Batata Corada                            | Escarola Refogada com Milho                         | Brócolis Refogado                                  | Espinafre Refogada                  |
| <b>Salada</b>          | Salada de Repolho               | Salada de Alface Lisa                    | Salada Mix de Folhas                                | Salada de Alface Mimososa                          | Alface Lisa                         |
| <b>Sobremesa</b>       | Fruta da Época                  | Fruta da Época                           | Fruta da Época                                      | Fruta da Época                                     | Fruta da Época                      |
| <b>Lanche da Tarde</b> | 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 |
|                        | <b>Bisnaguinha caseira</b>      | <b>Pão de Inhame</b>                     | <b>Bisnaguinha caseira</b>                          | <b>Mini Pão de Batata</b>                          | <b>Pão Francês Caseiro</b>          |
|                        | Fruta da Época                  | Fruta da Época                           | Fruta da Época                                      | Fruta da Época                                     | Fruta da Época                      |
| <b>Jantar</b>          | Arroz Branco e Feijão Carioca   | Arroz Branco e Feijão Carioca            | Arroz Branco e Feijão Carioca                       | Arroz Branco e Feijão Carioca ou Creme de Legumes  | Arroz Branco e Feijão Carioca       |
| <b>Prato Principal</b> | Filezinho de Frango Grelhado    | Carne Moída Refogada com Abobrinha       | Escondidinho de Frango                              | Hamburguinho Nutritivo (brócolis e cenoura ralada) | Carne Desfiada                      |
| <b>Salada</b>          | Salada de Alface Americana      | Salada de Acelga                         | Salada de Couve com Tomate Cereja                   | Salada de Alface Crespa                            | Salada de Alface Americana          |
| <b>Sobremesa</b>       | 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

### Abril 2019

**2ª Semana: de 08 a 12 de Abril**

| Refeição               | Segunda-feira<br>08/04              | Terça-Feira<br>09/04                              | Quarta-Feira<br>10/04                                      | Quinta-Feira<br>11/04                       | Sexta-Feira<br>12/04               |
|------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------|
| <b>Lanche da Manhã</b> | Suco de Natural Laranja             | Suco Natural de Maracujá                          | Suco Natural de Limão                                      | Suco Natural de Abacaxi                     | Suco natural de Maracujá           |
|                        | <b>Bisnaguinha Caseira</b>          | <b>Mini Pão de Batata</b>                         | <b>Pão de Forma Caseiro</b>                                | <b>Bolo de Couve</b>                        | <b>Pão de Cenoura</b>              |
|                        | Fruta da Época                      | Fruta da Época                                    | Fruta da Época                                             | Fruta da Época                              | Fruta da Época                     |
| <b>Almoço</b>          | Arroz Branco e Feijão Carioca       | Arroz Branco e Feijão Carioca                     | <b>Macarrão ao Alho ou Arroz Branco e Feijão Carioca</b>   | Arroz Branco e Feijão Carioca (enriquecido) | Arroz Branco e Feijão carioca      |
| <b>Prato Principal</b> | Escalopinho de Carne                | Cação Grelhado                                    | Carne Moída refogada (tomate, chuchu e inhame em cubinhos) | Isca de Frango Grelhado                     | Carne Cozida em Cubos              |
| <b>Guarnição</b>       | Batata Palito Assada                | Abobrinha Salteada                                | Acelga refogada com Azeitonas                              | Couve Refogada                              | Raminhos de Brócolis               |
| <b>Salada</b>          | Salada Mix de Folhas                | Salada de Alface Mimosa                           | Salada de Repolho                                          | Salada de Alface Americana                  | Salada Mix de Folhas               |
| <b>Sobremesa</b>       | Fruta da Época                      | Fruta da Época                                    | Fruta da Época                                             | Fruta da Época                              | Fruta da Época                     |
| <b>Lanche da Tarde</b> | Suco Natural de Limão com Beterraba | Chocolate Quente/Frio                             | Suco Natural de Maracujá                                   | Suco Natural de Laranja                     | Suco Natural de Limão              |
|                        | <b>Pão Fofinho</b>                  | <b>Muffin de Cenoura</b>                          | <b>Pão de Mandioquinha</b>                                 | <b>Mini Pão Francês Caseiro</b>             | <b>Pão de Inhame</b>               |
|                        | Fruta da Época                      | Fruta da Época                                    | <b>Fruta da Época</b>                                      | Fruta da Época                              | Fruta da Época                     |
| <b>Jantar</b>          | Arroz Branco e Feijão Carioca       | Arroz Branco e Feijão Carioca ou Creme de Ervilha | Arroz Branco e Feijão Carioca                              | Arroz Branco e Feijão Carioca               | Arroz Branco e Feijão Carioca      |
| <b>Prato Principal</b> | Filé de Sobre Coxa Assada           | Bifinho Grelhado                                  | Frango em Cubos com Mandioquinha                           | Escondidinho de Batata com carne vermelha   | Cação em Posta Assado              |
| <b>Salada</b>          | Salada de Alface Crespa             | Salada de Acelga                                  | Salada de Alface Lisa                                      | Salada Alface Crespa                        | Salada de Alface com Tomate Cereja |
| <b>Sobremesa</b>       | 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 **Abril 2019**

**3ª Semana: de 15 a 17 de Abril**

| <b>Refeição</b>        | <b>Segunda-feira<br/>15/04</b>     | <b>Terça-Feira<br/>16/04</b>                               | <b>Quarta-Feira<br/>17/04</b>                                          | <b>Quinta-Feira<br/>18/04</b> | <b>Sexta-Feira<br/>19/04</b> |
|------------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------|
| <b>Lanche da Manhã</b> | Suco Natural de Maracujá com Couve | Suco Natural de Abacaxi                                    | Suco de Fruta Natural                                                  | RECESSO ESCOLAR               | FERIADO                      |
|                        | <b>Mini Pão Mandioquinha</b>       | <b>Mini Pão de Batata</b>                                  | <b>Pão Fofinho</b>                                                     | RECESSO ESCOLAR               | FERIADO                      |
|                        | Fruta da Época                     | Fruta da Época                                             | Fruta da Época                                                         | RECESSO ESCOLAR               | FERIADO                      |
| <b>Almoço</b>          | Arroz Branco e Feijão carioca      | Arroz Branco e Feijão Carioca                              | <b>Macarrão ao Alho</b><br><b>Opção: Arroz Branco e Feijão Carioca</b> | RECESSO ESCOLAR               | FERIADO                      |
| <b>Prato Principal</b> | Escondidinho de Batata com Frango  | Escalopinho de Carne                                       | Cação Assado                                                           | RECESSO ESCOLAR               | FERIADO                      |
| <b>Guarnição</b>       | Purê de Mandioquinha               | Brócolis Refogado                                          | Escarola Refogada com Milho                                            | RECESSO ESCOLAR               | FERIADO                      |
| <b>Salada</b>          | Mix de Folhas                      | Salada de Alface Lisa                                      | Salada de Tomate                                                       | RECESSO ESCOLAR               | FERIADO                      |
| <b>Sobremesa</b>       | Fruta da Época                     | Fruta da Época                                             | Fruta da Época                                                         | RECESSO ESCOLAR               | FERIADO                      |
| <b>Lanche da Tarde</b> | Suco Natural de Limão              | Suco Natural Laranja                                       | Suco Natural de Maracujá                                               | RECESSO ESCOLAR               | FERIADO                      |
|                        | <b>Bisnaguinha caseira</b>         | <b>Bolo Integral de Cenoura</b>                            | <b>Pão de Cenoura</b>                                                  | RECESSO ESCOLAR               | FERIADO                      |
|                        | Espetinho de Fruta                 | Fruta da Época                                             | Fruta da Época                                                         | RECESSO ESCOLAR               | FERIADO                      |
| <b>Jantar</b>          | Arroz Branco e Feijão Carioca      | Arroz Branco e Feijão Carioca<br>Sopa de Abóbora com Carne | Arroz Branco e Feijão Carioca                                          | RECESSO ESCOLAR               | FERIADO                      |
| <b>Prato Principal</b> | Picadinho de Carne com Legumes     | Frango em cubos refogado com Legumes                       | Bifinho Grelhado                                                       | RECESSO ESCOLAR               | FERIADO                      |
| <b>Salada</b>          | Salada de Alface Crespa            | Salada Mix de Folha                                        | Salada Alface Lisa                                                     | RECESSO ESCOLAR               | FERIADO                      |
| <b>Sobremesa</b>       | Fruta da Época                     | <b>Fruta da Época</b>                                      | Fruta da Época                                                         | RECESSO ESCOLAR               | FERIADO                      |

**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

### Abril 2019

**4ª Semana: de 22 a 26 de Abril**

| Refeição               | Segunda-feira<br>22/04          | Terça-Feira<br>23/04                               | Quarta-Feira<br>24/04                                    | Quinta-Feira<br>25/04                        | Sexta-Feira<br>26/04                  |
|------------------------|---------------------------------|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------|
| <b>Lanche da Manhã</b> | Suco Natural de Limão           | Suco Natural de Abacaxi                            | Suco Natural de Maracujá com Couve                       | Suco de Natural Laranja                      | <b>Suco de Fruta Natural</b>          |
|                        | <b>Pão de Forma caseiro</b>     | <b>Pão Fofinho</b>                                 | <b>Mini pão de Batata</b>                                | <b>Bolo de Cenoura</b>                       | <b>Bisnaguinha Caseira</b>            |
|                        | Fruta da Época                  | Fruta da Época                                     | <b>Fruta da Época</b>                                    | Fruta da Época                               | Fruta da Época                        |
| <b>Almoço</b>          | Arroz Branco e Feijão Carioca   | Arroz Branco e Feijão Carioca                      | <b>Macarrão ao Alho ou Arroz Branco e Feijão Carioca</b> | Arroz Branco e Feijão Carioca                | Arroz Branco Feijão Carioca           |
| <b>Prato Principal</b> | Filé de Frango Grelhado         | Carne Moída Refogada com Tomate e Abobrinha Ralada | Escalopinho de Frango Grelhado                           | Escondidinho de Carne                        | Cubinhos de Carne refogado com Tomate |
| <b>Guarnição</b>       | Milho Refogado                  | Brócolis Refogado                                  | Batata Palito (Assada)                                   | Vagem Refogada                               | Acelga Refogada                       |
| <b>Salada</b>          | Salada Acelga                   | Salada de Alface Mimosa                            | Salada Alface Americana                                  | Salada de Alface Crespa                      | Salada de Repolho                     |
| <b>Sobremesa</b>       | Fruta da Época                  | Fruta da Época                                     | Fruta da Época                                           | Fruta da Época                               | Fruta da Época                        |
| <b>Lanche da Tarde</b> | Suco Natural de Maracujá        | Suco Natural de Laranja                            | Suco Natural de Limão                                    | Suco Natural de Abacaxi com Hortelã          | Chocolate Quente/Frio                 |
|                        | <b>Mini Pão de Mandioquinha</b> | <b>Pão de Cenoura</b>                              | <b>Pão de Inhamé</b>                                     | <b>Mini pão francês Caseiro</b>              | <b>Pão Fofinho</b>                    |
|                        | Fruta da Época                  | Gelatina                                           | Fruta da Época                                           | Fruta da Época                               | Fruta da Época                        |
| <b>Jantar</b>          | 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         |
| <b>Prato Principal</b> | Escalopinho de Carne            | Cação Assado                                       | Isca de Carne Grelhada                                   | Cubos de Cação Empanado ao forno (aveia)     | Sobre Coxa Assada e Desfiada          |
| <b>Salada</b>          | Salada de Repolho               | Salada de Alface Crespa                            | Salada Mix de Folha                                      | Salada de Alface Americana com Tomate Cereja | Salada Alface Lisa                    |
| <b>Sobremesa</b>       | Fruta da Época                  | Fruta da Época                                     | Fruta da Época                                           | <b>Fruta da Época</b>                        | 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

### Abril 2019

**5ª Semana: 29 a 30 de Abril**

| Refeição               | Segunda-feira<br>29/04                                            | Terça-Feira<br>30/04                               | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-Feira |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------|--------------|-------------|
| <b>Lanche da Manhã</b> | Suco Natural de Maracujá                                          | Suco Natural de Laranja com Cenoura                |              |              |             |
|                        | <b>Mini Pão Mandioquinha</b>                                      | <b>Pão de Forma Caseiro</b>                        |              |              |             |
|                        | Fruta da Época                                                    | Fruta da Época                                     |              |              |             |
|                        |                                                                   |                                                    |              |              |             |
| <b>Almoço</b>          | Arroz Branco e Feijão Carioca                                     | Arroz Branco e Feijão Fradinho                     |              |              |             |
| <b>Prato Principal</b> | Carne Moída Especial (enriquecida com legumes ralados e verduras) | Cação Grelhado                                     |              |              |             |
| <b>Guarnição</b>       | Vagem Refogada                                                    | Raminhos de Brócolis                               |              |              |             |
| <b>Salada</b>          | Salada de Alface Lisa                                             | Salada de Alface Crespa                            |              |              |             |
| <b>Sobremesa</b>       | Fruta da Época                                                    | <b>Fruta da Época</b>                              |              |              |             |
|                        |                                                                   |                                                    |              |              |             |
| <b>Lanche da Tarde</b> | Suco Natural de Limão                                             | Suco Natural de Maracujá                           |              |              |             |
|                        | <b>Pão Fofinho</b>                                                | <b>Bolo de Laranja</b>                             |              |              |             |
|                        | Fruta da Época                                                    | Fruta da Época                                     |              |              |             |
|                        |                                                                   |                                                    |              |              |             |
| <b>Jantar</b>          | Arroz Branco e Feijão Carioca                                     | Arroz Branco e Feijão Carioca                      |              |              |             |
| <b>Prato Principal</b> | Cubos de Frango                                                   | Hamburguinho Nutritivo (brócolis e cenoura ralada) |              |              |             |
| <b>Salada</b>          | Salada Mix de Acelga                                              | Salada de Alface Mimosa                            |              |              |             |
| <b>Sobremesa</b>       | 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.