

Cardápio Mensal **Setembro 2019**

1ª Semana: de 02 a 06 de Setembro

Refeição	Segunda-feira 02/09	Terça-Feira 03/09	Quarta-Feira 04/09	Quinta-Feira 05/09	Sexta-Feira 06/09
Lanche da Manhã	Suco Natural de Limão	Suco Natural de Abacaxi com Hortelão	Suco Natural de Maracujá	Suco Natural de Tangerina	Suco Natural de Abacaxi
	Mini Pão de Queijo	Pão de Leite com Creme de Ricota	Bisnaguinha com Patê de Peito de Peru	Pão de Forma com Patê de Beterraba	Mini Pizza
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Almoço	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	Strogonoff de Carne (com creme de Inhamé)	Peixe (cação) Assado	Carne Moída Refogada	Filé de Frango a Pizzaiolo (tomate, orégano e cenoura ralada)	Filé de Frango Grelhado
Guarnição	Ervilha Refogada	Creme de Espinafre	Purê de Mandioquinha	Chuchu Refogado	Acelga Refogada
Salada	Salada de Alface Crespa	Salada de Tomate	Salada de Couve	Salada de Alface Crespa	Alface Mimosa
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 Laranja	Suco Natural de Abacaxi	Suco Natural de Laranja com Cenoura
	Sanduíche de Carne Louca	Bolo de Cenoura	Minipão de Batata (enriquecido com linhaça)	Pão de Leite com Requeijão	Mini Misto Quente
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Jantar	Arroz Branco e Feijão	Arroz Branco e Feijão	Arroz Branco e Feijão	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca
Prato Principal	Frango Assado	Escondidinho de Carne e Berinjela	Tirinhas de Frango Crocante Assada	Sobrecoca Assada com Laranja	Carne Assada e Desfiada
Salada	Salada de Repolho	Salada de Alface Lisa	Salada de Acelga	Salada de Repolho	Salada de Alface Americana
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época

Cardápio sujeito a alterações.

Obs: 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 **Setembro 2019**

2ª Semana: de 09 a 13 de Setembro

Refeição	Segunda-feira 09/09	Terça-Feira 10/09	Quarta-Feira 11/09	Quinta-Feira 12/09	Sexta-Feira 13/09
Lanche da Manhã	Suco Natural Limão	Suco Natural de Maracujá	Suco Natural de Laranja	Chocolate Quente/Frio	Suco Natural de Limão
	Pão Crocante	Bolo Integral de Cenoura	Bisnaguinha Integral com Patê de Ricota	Rosquinhas de Laranja	Bauruzinho
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Almoço	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Preto	Espaguete ao Sugo ou Arroz e Feijão	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca
Prato Principal	Filé de Frango Grelhado	Escalopinho de Carne	Almondegas de Carne Enriquecida com Beterraba	Carne Moída Refogada com Legumes	Carne Cozida em Cubos com Cenoura e Vagen
Guarnição	Escarola Refogada	Couve Refogada	Legumes Sauté	Acelga Refogada	Batata Palito (Assada)
Salada	Salada Mix de Folhas	Salada de Ovos de Codorna	Salada de Alface Americana	Salada de Tomate	Salada de Alface Crespa
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Lanche da Tarde	Suco Natural Laranja	Suco de Abacaxi	Suco Natural de Limão	Suco Natural de Maracujá	Suco Natural de Abacaxi com Hortelã
	Pão de Coco com Requeijão	Mini Pão de Queijo	Mini Esfiha de Frango (enriquecida com linhaça)	Pão de Forma Integral com Queijo Branco Quente	Mini Pizza
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Gelatina	Fruta da Época
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	Hamburguinho Caseiro	Cação Assado	Cubinhos de Carne	Frango Assado com Batatas	Bifinho Grelhado
Salada	Salada de Alface Mimoso	Salada de Repolho	Salada de Alface Crespa	Salada Mix de Folha	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 **Setembro 2019**

3ª Semana: de 16 a 20 de Setembro

Refeição	Segunda-feira 16/09	Terça-Feira 17/09	Quarta-Feira 18/09	Quinta-Feira 19/09	Sexta-Feira 20/09
Lanche da Manhã	Suco Natural de Maracujá com Couve	Suco Natural de Abacaxi	Chocolate Quente/Frio	Suco Natural de Laranja	Suco Natural de Limão com Beterraba
	Esfiha de Frango (enriquecida com linhaça)	Mini Pão de Batata (enriquecido com linhaça)	Pão Crocante	Muffin de Chocolate Integral	Mini Pão Francês Integral com Cenoura Ralada e Patê de Frango
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Almoço	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Macarrão ao Sugo Opção: Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca
Prato Principal	Isca de Frango Refogado com Tomates e Azeitonas	Escalopinho de Carne	Bifinho Grelhado	Filé de Frango Grelhado	Carne Moída Refogada
Guarnição	Purê de Mandioquinha	Brócolis Refogado	Escarola Refogada com Milho	Espinafre Refogado	Purê de Batata com Abóbora
Salada	Mix de Folhas	Salada de Alface Lisa	Salada de Tomate	Salada de Alface Crespa	Salada de Repolho
Sobremesa	Fruta da Época	Gelatina	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Lanche da Tarde	Suco Natural de Limão	Suco Natural Laranja com Cenoura	Suco Natural de Maracujá	Suco Natural de Abacaxi com Hortelã	Suco Natural de Abacaxi com Hortelã
	Rosquinhas de Laranja	Pão Francês Integral com Creme de Ricota	Pão de Leite com Peito de Peru	Bisnaguinha com Queijo Branco	Mini Pizza
	Espetinho de Fruta	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Jantar	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão Sopa de Abóbora com Carne	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão
Prato Principal	Picadinho de Carne com Legumes	Sobrecoca Assada com Tomate	Cação Grelhado	Picadinho de Carne com Legumes	Omelete de Legumes
Salada	Salada de Alface Crespa	Salada Mix de Folha	Salada Alface Lisa	Salada de Alface Americana	Salada de Repolho
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 **Setembro 2019**

4ª Semana: de 23 a 27 de Setembro

Refeição	Segunda-feira 23/09	Terça-Feira 24/09	Quarta-Feira 25/09	Quinta-Feira 26/09	Sexta-Feira 27/09
Lanche da Manhã	Suco Natural de Maracujá	Suco Natural de Abacaxi	Suco Natural de Limão	Suco Natural de Laranja	Suco Natural de Maracujá
	Pão Francês com queijo branco, tomate e óregano	Mini Pão de Queijo	Pão de Fibras com Queijo Branco Quente	Pão de Leite Muçarela	Mini Pizza
	Fruta da Época	Gelatina	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Almoço	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Branco e Feijão Carioca	Espaguete ao Sugo Opção: Arroz e Feijão	Arroz Branco e Feijão Carioca	Arroz Integral e Feijão Carioca
Prato Principal	Bife Grelhado	Cação Grelhado	Carne Moída a Primavera	Carne com Mandioquinha	Filé de Frango Grelhado
Guarnição	Vagem Refogada	Purê de Batata	Repolho Refogado	Batata Bolinha Assada	Raminho de Brócolis
Salada	Salada de Alface Crespa	Alface Americana	Salada Mix de Folha	Salada de Acelga	Alface Mimosa
Sobremesa	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época
Lanche da Tarde	Suco Natural de Limão	Suco Natural de Laranja com Beterraba	Suco Natural de Maracujá	Suco Natural de Abacaxi com Hortelã	Suco de Natural de Melancia
	Mini Misto	Esfiha de Frango (enriquecida com linhaça)	Bisnaguinha com Patê de Peito de Peru	Rosquinha de laranja	Pão Crocante
	Fruta da Época	Fruta da Época	Fruta da Época	Gelatina	Fruta da Época
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 Colorido	Cubinhos de Carne Legumes	Filé de Frango Grelhado	Tirinhas de Cação Grelhado	Bife Grelhado
Salada	Salada de Repolho	Salada de Tomate	Salada Alface Mimosa	Mix de Folhas	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 **Setembro 2019**

5ª Semana: de 30 de Setembro

Refeição	Segunda-feira 30/09	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Lanche da Manhã	Suco Natural de Maracujá				
	Mini Pão de Queijo				
	Fruta da Época				
Almoço	Arroz Integral e Feijão Carioca				
Prato Principal	Cação Grelhado				
Guarnição	Purê de Batata com Cenoura				
Salada	Salada de Alface Americana com Tomate Cereja				
Sobremesa	Fruta da Época				
Lanche da Tarde	Suco de Maracujá				
	Bauruzinho				
	Fruta da Época				
Jantar	Arroz Branco e Feijão Carioca				
Prato Principal	Cubinhos de Carne Colorido				
Salada	Salada de Repolho				
Sobremesa	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.