



Cardápio Janeiro/2021

Turmas: Kinder (a partir de 12 meses),

Maternal e Jardim



1	04/01/2021	05/01/2021	06/01/2021	07/01/2021	08/01/2021
Colação	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época
Almoço e pré-janta	Arroz/Feijão Frango com cenoura Salada de tomate	Arroz/Feijão Mini hambúrguer assado Jardineira de legumes Salada de beterraba	Arroz/Lentilha Moela enopada com batatas Salada de brócolis	Massa/Feijão Guisadinho com molho Batata doce cozida Salada de cenoura	Arroz/Feijão Frango com milho Salada de pepino
Lanche da tarde	Biscoitos sortidos Suco de frutas	Pão de sanduíche com geleia Chá gelado	Creme gelado de abacaxi Suco de frutas	Rosca de polvilho Suco de frutas	Buffet de frutas
Lanche da tarde (Kinder)	Frutas com aveia	Fruta Pão de sanduíche	Fruta Creme de aveia	Fruta Rosca de polvilho	Buffet de frutas
2	11/01/2021	12/01/2021	13/01/2021	14/01/2021	15/01/2021
Colação	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época
Almoço e pré-janta	Arroz/Feijão Guisadinho com batata Salada de brócolis	Arroz/Feijão Frango desfiado Moranga refogada Salada de repolho	Arroz/Lentilha Escalope de porco Couve com ovos Salada de tomate	Risoto de frango/Feijão Milho na espiga Salada de alface	Massa/Feijão Molho bolonhesa Repolho refogado Salada de beterraba
Lanche da tarde	Sanduíche de queijo Suco de frutas	Bolo de laranja Chá	logurte natural com frutas e mel (receitinha do mês)	Pão cacetinho com requeijão Suco de frutas	Buffet de frutas
Lanche da tarde (Kinder)	Fruta com aveia Pão de sanduíche	Creme de maisena com granola	Fruta Biscoito integral de arroz	Fruta Miolo de pão cacetinho	Buffet de frutas
3	18/01/2021	19/01/2021	20/01/2021	21/01/2021	22/01/2021
Colação	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época
Almoço e pré-janta	Arroz/Feijão Guisadinho com milho e ervilha Salada de beterraba	Arroz/Feijão Isclas de frango acebolada Salada de cenoura	Arroz/Lentilha Omelete de espinafre Salada de tomate	Arroz/Feijão Escondidinho de batata com carne Salada de brócolis	Arroz/Feijão Frango desfiado com cenoura Salada de chuchu com ovos
Lanche da tarde	Biscoitos sortidos Suco de frutas	Pão sanduíche com doce de leite Suco de frutas	logurte com aveia e granola	Bolo de milho Chá gelado	Buffet de frutas
Lanche da tarde (Kinder)	Fruta Biscoito salgado	Fruta Miolinho de pão cacetinho	Fruta com aveia	Fruta Rosca de polvilho	Buffet de frutas
4	25/01/2021	26/01/2021	27/01/2021	28/01/2021	29/01/2021
Colação	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época	Frutas da época
Almoço e pré-janta	Arroz/Feijão Polenta recheada com frango Salada de beterraba	Arroz/Feijão Guisadinho com molho Jardineira de legumes Salada de alface	Arroz colorido (beterraba)/Feijão Empanado de frango assado caseiro Salada de brócolis	Arroz/Feijão Rocambolo de carne com legumes Salada de chuchu	Macarrão/ Feijão Frango com molho branco Repolho refogado Salada de tomate
Lanche da tarde	Biscoito integral salgado Suco de frutas	Bolo de milho Chá gelado	logurte com aveia e granola	Pão caseiro de cenoura com aveia Suco de frutas	Buffet de frutas
Lanche da tarde (Kinder)	Fruta com aveia	Fruta Rosca de polvilho	Creme de maisena com granola	Fruta Pão caseiro de cenoura com aveia	Buffet de frutas

OBSERVAÇÕES:

Cardápio sujeito a alteração sem aviso prévio.

-- Cardápio sujeito a alteração sem aviso prévio.

-FRUTAS OFERECIDAS: banana, maçã, bergamota, laranja, pêra, manga, abacaxi, mamão, melão.

- Oferecemos água no almoço, pré-janta e nos lanches do Kinder.

Nut.Aline Pinto Woehlert - CRN²5092D

ALINE WOHLERT
Nutricionista

