



Cardápio Berçário a partir de 1 ano - Julho/2017

03 - 07/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche da manhã	Fruta picadinha	Fruta picadinha	Fruta picadinha	Fruta picadinha	Fruta picadinha
Almoço/ Jantar	Guisado, arroz com cenoura ralada, feijão Salada de beterraba ralada	Guisado de frango, massa letrinha com tomate picado e feijão enriquecido com beterraba Salada de alface e couve-flor	Guisado, purê de batata, feijão, arroz com brócolis Salada de cenoura e tomate	Frango em mini cubos, arroz com brócolis, aipim cozido e feijão Mix de verdes e tomate	Panqueca verde (espinafre) de guisado, arroz, feijão Salada mista
Lanche da tarde	Fruta picadinha	Pêra picadinha	Mamão picadinho	Laranja do céu picadinha	Frutas picadinhas 
10 – 14/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche da manhã	Fruta picadinha	Fruta picadinha	Fruta picadinha	Fruta picadinha	Fruta picadinha
Almoço/ Jantar	Massa cabelinho de anjo, guisado e feijão Salada de beterraba e pepino	Frango desfiado com batatas, arroz e feijão enriquecido com espinafre Salada de brócolis, cenoura e couve-flor	Frango desfiado, arroz, legumes refogados e feijão Salada alface e tomate ralada	Massa letrinha, guisado com brócolis, feijão enriquecido com beterraba Salada beterraba ralada e alface	Polenta, arroz, frango desfiado com couve refogada e tomate picado, arroz e feijão Salada mista
Lanche da tarde	Fruta picadinha	Bnana picadinha	Mamão picadinho	Abacate e maçã picadinhos	Frutas picadinhas 
17 – 21/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche da manhã	Fruta picadinha	Fruta picadinha	Fruta picadinha	Fruta picadinha	Fruta picadinha
Almoço/ Jantar	Massa conchinha, guisado, feijão enriquecido com beterraba Salada de cenoura e couve – flor	Lasanha de frango, arroz com brócolis e feijão enriquecido com espinafre Salada de tomate e cenoura	Arroz, feijão, guisado Salada de tomate e alface roxa	Polenta, frango desfiado, arroz e feijão Salada de cenoura e beterraba	Escondidinho de aipim com guisado, arroz e feijão Salada mista
Lanche da tarde	Fruta picadinha	Laranja do céu picadinha	Mamão picadinho	Abacate e maçã picadinhos	Frutas picadinhas 
24 – 28/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche da manhã	Fruta picadinha	Fruta picadinha	Fruta picadinha	Fruta picadinha	Fruta picadinha
Almoço/ Jantar	Guisado, arroz, feijão enriquecido com beterraba Salada de cenoura e pepino	Panqueca rosa de guisado, arroz e feijão Salada de brócolis e cenoura	Frango desfiado, batata assada com orégano, arroz com brócolis e feijão enriquecido com beterraba Salada de alface e tomate	Purê de batata, guisado, arroz e feijão Salada de alface e cenoura	Frango desfiado, arroz e feijão enriquecido com espinafre Salada de beterraba e brócolis
Lanche da tarde	Fruta picadinha	Banana picadinha	Pêra picadinho	Abacate e maçã picadinhos	Frutas picadinhas 
31/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche da manhã	Fruta picadinha	—	—	—	—
Almoço/ Jantar	Guisado, polenta, arroz e feijão Salada de beterraba e brócolis	—	—	—	—
Lanche da tarde	Fruta picadinha	—	—	—	—

- Cada criança, de acordo com a idade, tem seu esquema alimentar previamente combinado com a nutricionista, de acordo com a prescrição do pediatra, que deve ser atualizada na escola, após cada mudança na alimentação;
- Alergias ou intolerâncias alimentares terão um esquema alimentar diferenciado, que deverá ser combinado, previamente, com a nutricionista da escola;
- Os sucos oferecidos são naturais, não são adoçados e a salada é oferecida sem temperos;

Cardápio B2, Kinder, Maternal e Jardim - Julho/2017

03 - 07/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche da manhã	logurte com cereal	Fruta	Melão	Fruta	Fruta
Almoço/ Jantar	Guisado com ovo, arroz, batata palha, feijão Salada de cenoura e beterraba raladas	Hamburguer de guisado de frango, massa parafuso na manteiga com tomate picado e feijão enriquecido com beterraba Salada de alface e couve-flor	Isclas de carne, purê de batata, feijão, arroz com brócolis Salada de cenoura e tomate	Frango em cubos com molho, arroz com brócolis, aipim cozido, farofa e feijão Mix de verdes e tomate	Panqueca verde (espinafre) de guisado com molho, arroz, feijão Salada mista
Lanche da tarde Maternal/Jardim	Biscoitos sortidos Suco de fruta	Pão com mistura Suco de fruta	Bolo de cenoura Chá de frutas	Canapés de queijo Chá de frutas	Buffet de frutas 
Lanche da tarde Kinder	Biscoitos sortidos logurte	Pão com requeijão Suco de fruta	Bolo de cenoura Chá de fruta	Canapés de queijo Suco de fruta	Buffet de frutas 
10 – 14/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche da manhã	logurte com cereal	Pêra e maçã	Fruta	Melão	Fruta
Almoço/ Jantar	Massa parafuso a bolonhesa e feijão Salada de beterraba e pepino	Frango com batatas, arroz e feijão enriquecido com espinafre Salada de brócolis, cenoura e couve-flor	Bolinho de frango assado, arroz, legumes refogados e feijão Salada alface e tomate	Massa espaguete, cubos de carne com molho branco de brócolis, feijão enriquecido com beterraba Salada beterraba ralada e alface	Polenta, arroz, frango em cubos com couve refogada e tomate picado, arroz e feijão Salada mista
Lanche da tarde Maternal/Jardim	Pão sanduiche com requeijão Suco de fruta	Pão com queijo Suco de limão	Bolo formigueiro Chá de fruta	Pão com geléia Suco de fruta	Buffet de frutas 
Lanche da tarde Kinder	Pão sanduiche com requeijão logurte	Pão com queijo Suco de fruta	Bolo formigueiro Suco de fruta	Pão com geléia Suco de fruta	Buffet de frutas 
17 – 21/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche da manhã	logurte com cereal	Pêra + maçã	Mamão	Fruta	Melão
Almoço/ Jantar	Massa espaguete a bolonhesa, feijão enriquecido com beterraba Salada de cenoura e couve – flor	Lasanha de frango, arroz com brócolis e feijão enriquecido com espinafre Salada de tomate e cenoura	Arroz, farofa com tempero verde, feijão, lombinho de porco Salada de tomate e alface roxa	Polenta, isclas de frango com molho, arroz e feijão Salada de cenoura e beterraba	Escondidinho de aipim com guisado e ovo, arroz e feijão Salada mista
Lanche da tarde Maternal/Jardim	Biscoitos sortidos Leite com achocolatado	Pão cacetinho com geléia Chocolate quente	Bolo de chocolate molhadinho Chá de fruta	Torradinha com orégano Suco de limão	Buffet de frutas 
Lanche da tarde Kinder	Biscoitos sortidos logurte	Pão com geléia Suco de fruta	Bolo de chocolate molhadinho Suco de fruta	Torradinha com manteiga Suco de fruta	Buffet de frutas 
24 – 28/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche da manhã	logurte com cereal	Pêra	Fruta	Fruta	Melão
Almoço/ Jantar	Guisado com tempero verde, ovo cozido, farofa, arroz, feijão enriquecido com beterraba Salada de cenoura e pepino	Panqueca rosa de guisado, arroz e feijão Salada de brócolis e cenoura	Lombinho de porco, batata assada com orégano, arroz com brócolis e feijão enriquecido com beterraba Salada de alface e tomate	Purê de batata, cubos de carne com molho, arroz e feijão Salada de alface e cenoura	Galinha escabelada (batata palha), arroz e feijão enriquecido com espinafre Salada de beterraba e brócolis
Lanche da tarde Maternal/Jardim	Biscoitos sortidos Leite com achocolatado	Pão com geléia logurte	Torta de bolacha (feita com mingau)	Bolo formigueiro Leite com achocolatado	Buffet de frutas 
Lanche da tarde Kinder	Biscoitos sortidos logurte	Pão massinha geléia Suco de fruta	Torta de bolacha (feita com mingau)	Bolo formigueiro Chá de frutas	Buffet de frutas 
31/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche da manhã	logurte com cereal	—	—	—	—
Almoço/ Jantar	Guisado com molho, polenta, arroz e feijão Salada de beterraba e brócolis	—	—	—	—
Lanche da tarde Maternal/Jardim	Bolacha salgada Com requeijão Leite com achocolatado	—	—	—	—

Lanche da tarde	Bolacha salgada com requeijão				
Kinder	Suco de fruta				

- Alergias ou intolerâncias alimentares terão um esquema alimentar diferenciado, que deverá ser combinado, previamente, com a nutricionista da escola;
- Os sucos oferecidos são naturais, não adoçados e a salada é oferecida sem temperos;
- No almoço é oferecido Água aromatizada com temperos e/ou pedaços de frutas;
- Cardápio sujeito a alterações conforme oferta de compras e safra;


Cristiane Argimon
 nutricionista



Cardápio FUNDAMENTAL - Julho/2017

03 - 07/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche da manhã	logurte com cereal Pão com mistura	Fruta Cuca Leite com achocolatado	Fruta Bolo de cenoura Leite com achocolatado	Fruta Cuca Leite com café	Fruta Vitamina de fruta Pão cacetinho com mistura
Almoço	Guisado com ovo, arroz, batata palha, feijão Salada de cenoura e beterraba raladas	Hamburguer de guisado de frango, massa parafuso na manteiga com tomate picado e feijão enriquecido com beterraba Salada de alface e couve-flor	Isclas de carne, purê de batata, feijão, arroz com brócolis Salada de cenoura e tomate	Frango em cubos com molho, arroz com brócolis, aipim cozido, farofa e feijão Mix de verdes e tomate	Panqueca verde (espinafre) de guisado com molho, arroz, feijão Salada mista
10 – 14/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche da manhã	logurte com cereal Pão com mistura	Fruta Vitamina de banana Cuca	Bolo de banana Suco de fruta	Fruta Pão cacetinho com mistura Leite com café	Fruta Cereal com logurte
Almoço	Massa parafuso a bolonhesa e feijão Salada de beterraba e pepino	Frango com batatas, arroz e feijão enriquecido com espinafre Salada de brócolis, cenoura e couve-flor	Bolinho de frango assado, arroz, legumes refogados e feijão Salada alface e tomate	Massa espagete, cubos de carne com molho branco de brócolis, feijão enriquecido com beterraba Salada beterraba ralada e alface	Polenta, arroz, frango em cubos com couve refogada e tomate picado, arroz e feijão Salada mista
17 – 21/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche da manhã	logurte com cereal	Fruta Pão massinha com mistura Leite com achocolatado	Bolo formigueiro Leite com café	Fruta Cuca Leite com achocolatado	Fruta Pão com mistura Leite com achocolatado
Almoço	Massa espagete a bolonhesa, feijão enriquecido com beterraba Salada de cenoura e couve – flor	Lasanha de frango, arroz com brócolis e feijão enriquecido com espinafre Salada de tomate e cenoura	Arroz, farofa com tempero verde, feijão, lombinho de porco Salada de tomate e alface roxa	Polenta, isclas de frango com molho, arroz e feijão Salada de cenoura e beterraba	Escondidinho de aipim com guisado e ovo, arroz e feijão Salada mista
24 – 28/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche da manhã	logurte com cereal Pão com mistura	Fruta Cuca Leite com achocolatado	Bolo de chocolate molhadinho Café com leite	Fruta Cuca Leite com café	Fruta Vitamina de fruta Pão cacetinho com mistura
Almoço	Guisado com tempero verde, ovo cozido, farofa, arroz, feijão enriquecido com beterraba Salada de cenoura e pepino	Panqueca rosa de guisado, arroz e feijão Salada de brócolis e cenoura	Lombinho de porco, batata assada com orégano, arroz com brócolis e feijão enriquecido com beterraba Salada de alface e tomate	Purê de batata, cubos de carne com molho, arroz e feijão Salada de alface e cenoura	Galinha escalabelada (batata palha), arroz e feijão enriquecido com espinafre Salada de beterraba e brócolis
31/07	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche da manhã	logurte com cereal Pão massinha com geléia	—	—	—	—
Almoço	Guisado com molho, polenta, arroz e feijão Salada de beterraba e brócolis	—	—	—	—

- Alergias ou intolerâncias alimentares terão um esquema alimentar diferenciado, que deverá ser combinado, previamente, com a nutricionista da escola;
- No almoço é oferecido sempre Água aromatizada – com pedaços de frutas e/ou temperos;
- Salada é oferecida sem sal ou vinagre, somente é colocado tempero se for solicitado;