

CARDÁPIO



REFEIÇÃO

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ Infantil 8h00- 8h30 Fundamental 9h00	Pão integral com manteiga s/ sal Suco de melancia (natural) Frutas (da estação)	Pão doce Suco de uva (concentrado) Frutas (da estação)	Pão de leite com pasta de amendoim s/ açúcar Suco de morango (concentrado) Frutas (da estação)	Bolo integral simples Chá de hortelã Frutas (da estação)	Biscoito joelhinho Leite Frutas (da estação) LANCHE LIVRE PARA ENSINO FUNDAMENTAL
ALMOÇO Infantil 10h30- 11h00 Fundamental 11h45	Macarronada à bolonhesa Arroz parboilizado Feijão vermelho Alface americana/Cenoura ralada	Strogonoff de frango Arroz integral Feijão preto Purê de batata cremoso Chuchu/Tomate	Bolinho de tilápia (assado) Arroz parboilizado Feijão carioca Cenoura em palito refogada Repolho branco/Beterraba cozida	Isca suína grelhada Arroz integral Feijão preto Polenta ao molho sugo Cenoura cozida/Acelga	Carne de panela Arroz parboilizado Feijão vermelho Aipim cozido Couve-flor/Beterraba ralada
FRUTAS Fundamental 11h45 Infantil 13h00	Banana	Maçã	Laranja	Kiwi	Melancia
LANCHE DA TARDE Infantil 15h00 - 15h30 Fundamental 15h30	Bolo pão de mel Chá de melissa Frutas (da estação)	X burger (pão de x integral, hambúrguer caseiro, maionese de abacate e queijo mussarela) Suco de laranja (concentrado) Frutas (da estação)	Rosca (coruja) Leite com chocolate em pó 50% cacau Frutas (da estação)	Pão francês com doce de fruta caseiro e nata Suco de uva (concentrado) Frutas (da estação)	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL
LANCHE DA TARDE INFANTIL Infantil 17h	Pera	Tangerina	Banana	Maçã	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL

Educação Infantil e Fundamental - Maio 2022 - Semanas: 1 e 3

FRUTAS DA ÉPOCA - Maio: abacate, banana-maçã, caqui, kiwi, pera, maçã, uva e tangerina. Frutas como banana, maçã e mamão terá todos os meses do ano. OBS: 1) O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores, sazonalidade e aceitação das crianças. 2) Arroz integral será servido com 50% arroz parboilizado e 50% arroz integral, o mesmo se aplica para as massas. 3) No almoço será servido água (final). 4) Os molhos das carnes e o molho sugo serão feitos com tomate fresco, cenoura, beterraba e cheiro verde. 5) Nos meses mais frios os chás serão servidos mornos e os sucos em temperatura ambiente. 6) Diariamente temos opções sem glúten em todas as refeições: pão, torrada, bolo, biscoito doce e salgado, rosquinha, massa...

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: DEBORA MELCHIORETTO CRN10 - 3304

CARDÁPIO



REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ Infantil 8h00- 8h30 Fundamental 9h00	Rosquinha de polvilho Leite com chocolate em pó 50% cacau Frutas (da estação)	Pão caseiro com nata e melado Suco de maçã e limão Frutas (da estação)	Bolo integral de chocolate Chá de camomila Frutas (da estação)	Pão integral com requeijão Suco de maracujá (concentrado) Frutas (da estação)	Biscoito de gergelim Suco de goiaba (concentrado) Frutas (da estação)
ALMOÇO Infantil 10h30- 11h00 Fundamental 11h45	Risoto suíno Arroz parboilizado Feijão preto Alface roxa/Cenoura cozida	Omelete com cheiro verde Arroz integral Feijão vermelho Farofa simples Brócolis/Repolho roxo	Filé de tilápia grelhado Arroz parboilizado Feijão preto Batata palito assada Beterraba cozida/Rúcula	Isca bovina acebolada Arroz integral Feijão preto Massa colorida ao molho de tomate assado Repolho branco/Milho cozido/natural	LANCHE LIVRE PARA ENSINO FUNDAMENTAL Cubinho de filé de frango grelhado Arroz parboilizado Feijão carioca Polenta cremosa ao molho Beterraba ralada/Chuchu
FRUTAS Fundamental 11h45 Infantil 13h00	Pera	Banana	Maçã	Melancia	Laranja com canela em pó
LANCHE DA TARDE Infantil 15h00 - 15h30 Fundamental 15h30	Bolo de baunilha Chá de erva-doce Frutas (da estação)	Pão de queijo Suco de laranja (concentrado) Frutas (da estação)	Sanduíche arco-íris (pão de leite, maionese de abacate, queijo mussarela, cenoura ralada, milho cozido natural e alface crespa) Suco de uva (concentrado) Frutas (da estação)	Croutons Iogurte de coco Frutas (da estação)	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL
LANCHE DA TARDE INFANTIL Infantil 17h	Tangerina	Kiwi	Pera	Banana	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL

Educação Infantil e Fundamental - Maio 2022 - Semanas: 2 e 4

FRUTAS DA ÉPOCA - Maio: abacate, banana-maçã, caqui, kiwi, pera, maçã, uva e tangerina. Frutas como banana, maçã e mamão terá todos os meses do ano. OBS: 1) O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores, sazonalidade e aceitação das crianças. 2) Arroz integral será servido com 50% arroz parboilizado e 50% arroz integral, o mesmo se aplica para as massas. 3) No almoço será servido água (final). 4) Os molhos das carnes e o molho suco serão feitos com tomate fresco, cenoura, beterraba e cheiro verde. 5) Nos meses mais frios os chás serão servidos mornos e os sucos em temperatura ambiente. 6) Diariamente temos opções sem glúten em todas as refeições: pão, torrada, bolo, biscoito doce e salgado, rosquinha, massa...

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: DEBORA MELCHIORETTO CRN10 - 3304

CARDÁPIO



REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ Infantil 8h00– 8h30 Fundamental 9h00	Pão integral com manteiga s/ sal Frutas (da estação)	Panqueca integral doce Frutas (da estação)	Pão de leite com pasta de amendoim s/ açúcar Frutas (da estação)	Bolo integral Chá de hortelã Frutas (da estação)	Biscoito joelinho Leite Frutas (da estação)
ALMOÇO Infantil 10h30– 11h00 Fundamental 11h45	Macarronada à bolonhesa Arroz parboilizado Feijão vermelho Alface americana/Cenoura ralada	Strogonoff de frango Arroz integral Feijão preto Purê de batata cremoso Chuchu/Tomate	Bolinho de tilápia (assado) Arroz parboilizado Feijão carioca Cenoura em palito refogada Repolho branco/Beterraba cozida	Isca suína grelhada Arroz integral Feijão preto Polenta ao molho sugo Cenoura cozida/Acelga	LANCHE LIVRE PARA ENSINO FUNDAMENTAL Carne de panela Arroz parboilizado Feijão vermelho Aipim cozido Couve-flor/Beterraba ralada
FRUTAS Fundamental 11h45 Infantil 13h00	Banana	Maçã	Laranja	Kiwi	Melancia
LANCHE DA TARDE Infantil 15h00 – 15h30 Fundamental 15h30	Inf. 1 e Inf. 2: Bolo integral Chá de melissa Frutas (da estação)	Inf. 1: Canja Inf. 2: X burger (pão de x integral, hambúrguer caseiro, maionese de abacate e queijo mussarela) Frutas (da estação)	Inf. 1 e Inf. 2: Rosquinha de polvilho Leite com cacau em pó 100% Frutas (da estação)	Inf. 1: Sopa creme de abóbora Inf. 2: Pão francês com nata Frutas (da estação)	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL
LANCHE DA TARDE INFANTIL Infantil 17h	Pera	Tangerina	Banana	Maçã	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL

Educação Infantil 1 e 2 - Maio 2022 - Semanas: 1 e 3

FRUTAS DA ÉPOCA – FRUTAS DA ÉPOCA – Maio: abacate, banana-maçã, caqui, kiwi, pera, maçã, uva e tangerina Frutas como banana, maçã e mamão terá todos os meses do ano. OBS: 1) O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores, sazonalidade e aceitação das crianças. 2) Arroz integral será servido com 50% arroz parboilizado e 50% arroz integral, o mesmo se aplica para as massas. 3) No almoço será servido água (final). 4) Os molhos das carnes e o molho sugo serão feitos com tomate fresco, cenoura, beterraba e cheiro verde. 5) Diariamente temos opções sem glúten em todas as refeições: pão, torrada, bolo, biscoito doce e salgado, rosquinha, massa... 6) Não é utilizado açúcar, adoçante, mel, melado nas preparações do cardápio. 7) No dia que não está especificado a bebida, será oferecido água.

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: DEBORA MELCHIORETTO CRN10 – 3304

CARDÁPIO



REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ Infantil 8h00- 8h30 Fundamental 9h00	Rosquinha de polvilho Leite com cacau em pó 100% Frutas (da estação)	Pão caseiro com nata Frutas (da estação)	Bolo integral Chá de camomila Frutas (da estação)	Pão integral com requeijão Frutas (da estação)	Biscoito de gergelim Frutas (da estação)
ALMOÇO Infantil 10h30- 11h00 Fundamental 11h45	Risoto suíno Arroz parboilizado Feijão preto Alface roxa/Cenoura cozida	Omelete com cheiro verde Arroz integral Feijão vermelho Farofa simples Brócolis/Repolho roxo	Filé de tilápia grelhado Arroz parboilizado Feijão preto Batata palito assada Beterraba cozida/Rúcula	Isca bovina acebolada Arroz integral Feijão preto Massa colorida ao molho de tomate assado Repolho branco/Milho cozido/natural	Cubinho de filé de frango grelhado Arroz parboilizado Feijão carioca Polenta cremosa ao molho Beterraba ralada/Chuchu
FRUTAS Fundamental 11h45 Infantil 13h00	Pera	Banana	Maçã	Melancia	Laranja com canela em pó
LANCHE DA TARDE Infantil 15h00 - 15h30 Fundamental 15h30	Inf. 1 e Inf. 2: Bolo integral Chá de erva-doce Frutas (da estação)	Inf. 1: Canja Inf. 2: Pão de queijo Frutas (da estação)	Inf. 1 e Inf. 2: Sanduíche arco-íris (pão de leite, maionese de abacate, queijo mussarela, cenoura ralada, milho cozido natural e alface crespa) Frutas (da estação)	Inf. 1: Canja de carne Inf. 2: Croutons Frutas (da estação)	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL
LANCHE DA TARDE INFANTIL Infantil 17h	Tangerina	Kiwi	Pera	Banana	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL

Educação Infantil 1 e 2 - Maio 2022 - Semanas: 2 e 4

FRUTAS DA ÉPOCA – FRUTAS DA ÉPOCA – Maio: abacate, banana-maçã, caqui, kiwi, pera, maçã, uva e tangerina. Frutas como banana, maçã e mamão terá todos os meses do ano. OBS: 1) O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores, sazonalidade e aceitação das crianças. 2) Arroz integral será servido com 50% arroz parboilizado e 50% arroz integral, o mesmo se aplica para as massas. 3) No almoço será servido água (final). 4) Os molhos das carnes e o molho sugo serão feitos com tomate fresco, cenoura, beterraba e cheiro verde. 5) Diariamente temos opções sem glúten em todas as refeições: pão, torrada, bolo, biscoito doce e salgado, rosquinha, massa... 6) Não é utilizado açúcar, adoçante, mel, melado nas preparações do cardápio. 7) No dia que não está especificado a bebida, será oferecido água.