

CARDÁPIO



REFEIÇÃO

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ Infantil 8h00- 8h30 Fundamental 9h00	Bolinha de polvilho Leite (morno) Frutas (da estação)	Pão francês com nata e melado Suco de morango (natural) Frutas (da estação)	Pão de chia e linhaça com manteiga s/ sal e queijo mussarela Suco de laranja (concentrado) Frutas (da estação)	Bolo de maçã e canela Chá de hortelã Frutas (da estação)	Biscoito de gergelim Iogurte de coco Frutas (da estação) LANCHE LIVRE PARA ENSINO FUNDAMENTAL
ALMOÇO Infantil 10h30- 11h00 Fundamental 11h45	Risoto de carne Arroz parboilizado Feijão vermelho Alface crespa/Tomate cereja	Filé de tilápia grelhado Arroz integral Feijão preto Purê laranja (batata inglesa + abóbora + cenoura) Couve-flor/Cenoura ralada	Sopa de frango, macarrão de letrinhas e legumes variados Arroz parboilizado Feijão carioca Brócolis/Beterraba ralada	Carne suína de panela Arroz integral Feijão vermelho Aipim cozido Rúcula/Cenoura cozida	Bolonhesa Arroz parboilizado Feijão preto Massa integral Beterraba cozida/Repolho branco
FRUTAS Fundamental 11h45 Infantil 13h00	Banana	Kiwi	Maçã	Tangerina	Laranja
LANCHE DA TARDE Infantil 15h00 - 15h30 Fundamental 15h30	Pastel Suco de laranja (concentrado) Frutas (da estação)	Bolo integral de cenoura e laranja Chá de melissa Frutas (da estação)	Torradinha integral com patê de ovos (caseiro) Suco de uva (concentrado) Frutas (da estação)	Pão mini dog com pasta de amendoim Suco de abacaxi com hortelã (concentrado) Frutas (da estação)	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL
LANCHE DA TARDE INFANTIL Infantil 17h	Maçã	Tangerina	Banana	Kiwi	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL

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

FRUTAS DA ÉPOCA - Agosto: banana-nanica, kiwi, laranja-pera, maçã, mamão, mexerica, morango 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.

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

CARDÁPIO



REFEIÇÃO

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ Infantil 8h00- 8h30 Fundamental 9h00	Pão de leite com creme de ricota (caseiro) Suco de laranja (concentrado) Frutas (da estação)	Biscoito salgado Leite Frutas (da estação)	Pão integral com requeijão Suco de maçã com limão (natural) Frutas (da estação)	Bolo de fubá Chá de camomila Frutas (da estação)	Rosquinha de polvilho Leite com chocolate em pó 50% cacau Frutas (da estação)
ALMOÇO Infantil 10h30- 11h00 Fundamental 11h45	Isca suína grelhada Arroz parboilizado Feijão vermelho Farofa simples Alface roxa/Beterraba cozida	Ovos mexidos Arroz integral Feijão preto Legumes variados na manteiga Cenoura cozida/Repolho roxo	Filé de tilápia grelhado Arroz parboilizado Feijão vermelho Caldo de peixe Chuchu/Beterraba ralada	Strogonoff de frango Arroz integral Feijão carioca Massa Tomate/Brócolis	LANCHE LIVRE PARA ENSINO FUNDAMENTAL Bolinho de carne assado Arroz parboilizado Feijão preto Polenta cremosa ao molho sugo Milho in natura/Cenoura ralada
FRUTAS Fundamental 11h45 Infantil 13h00	Banana	Maçã	Laranja	Kiwi	Tangerina
LANCHE DA TARDE Infantil 15h00 - 15h30 Fundamental 15h30	Rosca (coruja) com nata Suco de uva (concentrado) Frutas (da estação)	Bolo integral de chocolate Chá de erva-cidreira Frutas (da estação)	Croutons artesanais Suco de laranja (concentrado) Frutas (da estação)	Mini pão francês integral com molho bolonhesa Suco de abacaxi (concentrado) Frutas (da estação)	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL
LANCHE DA TARDE INFANTIL Infantil 17h	Tangerina	Pera	Banana	Maçã	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL

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

FRUTAS DA ÉPOCA - Agosto: banana-nanica, kiwi, laranja-pera, maçã, mamão, mexerica, morango 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.

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

CARDÁPIO



REFEIÇÃO

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ Infantil 8h00- 8h30 Fundamental 9h00	Bolinha de polvilho Leite (morno) Frutas (da estação)	Pão francês com nata Frutas (da estação)	Pão de chia e linhaça com manteiga s/ sal e queijo mussarela Frutas (da estação)	Bolo integral Chá de hortelã Frutas (da estação)	Biscoito de gergelim Iogurte natural batido com fruta Frutas (da estação) LANCHE LIVRE PARA ENSINO FUNDAMENTAL
ALMOÇO Infantil 10h30- 11h00 Fundamental 11h45	Risoto de carne Arroz parboilizado Feijão vermelho Alface crespa/Tomate cereja	Filé de tilápia grelhado Arroz integral Feijão preto Purê laranja (batata inglesa + abóbora + cenoura) Couve-flor/Cenoura ralada	Sopa de frango, macarrão de letrinhas e legumes variados Arroz parboilizado Feijão carioca Brócolis/Beterraba ralada	Carne suína de panela Arroz integral Feijão vermelho Aipim cozido Rúcula/Cenoura cozida	Bolonhesa Arroz parboilizado Feijão preto Massa integral Beterraba cozida/Repolho branco
FRUTAS Fundamental 11h45 Infantil 13h00	Banana	Kiwi	Maçã	Tangerina	Laranja
LANCHE DA TARDE Infantil 15h00 - 15h30 Fundamental 15h30	Inf. 1 e Inf. 2: Pastel Frutas (da estação)	Inf. 1: Sopa creme de abóbora e cenoura Inf. 2: Bolo integral Chá de melissa Frutas (da estação)	Inf. 1 e Inf. 2: Torradinha integral com patê de ovos (caseiro) Frutas (da estação)	Inf. 1: Sopa de carne, aipim e legumes variados Inf. 2: Pão mini dog com pasta de amendoim Frutas (da estação)	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL
LANCHE DA TARDE INFANTIL Infantil 17h	Maçã	Tangerina	Banana	Kiwi	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL

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

FRUTAS DA ÉPOCA – Agosto: banana-nanica, kiwi, laranja-pera, maçã, mamão, mexerica, morango 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.

CARDÁPIO



REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ Infantil 8h00- 8h30 Fundamental 9h00	Pão de leite com creme de ricota (caseiro) Frutas (da estação)	Biscoito salgado Leite Frutas (da estação)	Pão integral com requeijão Frutas (da estação)	Bolo integral Chá de camomila Frutas (da estação)	Rosquinha de polvilho Leite com cacau 100% Frutas (da estação)
ALMOÇO Infantil 10h30- 11h00 Fundamental 11h45	Isca suína grelhada Arroz parboilizado Feijão vermelho Farofa simples Alface roxa/Beterraba cozida	Ovos mexidos Arroz integral Feijão preto Legumes variados na manteiga Cenoura cozida/Repolho roxo	Filé de tilápia grelhado Arroz parboilizado Feijão vermelho Caldo de peixe Chuchu/Beterraba ralada	Strogonoff de frango Arroz integral Feijão carioca Massa Tomate/Brócolis	LANCHE LIVRE PARA ENSINO FUNDAMENTAL Bolinho de carne assado Arroz parboilizado Feijão preto Polenta cremosa ao molho sugo Milho in natura/Cenoura ralada
FRUTAS Fundamental 11h45 Infantil 13h00	Banana	Maçã	Laranja	Kiwi	Tangerina
LANCHE DA TARDE Infantil 15h00 - 15h30 Fundamental 15h30	Inf. 1 e Inf. 2: Rosca (coruja) com nata Frutas (da estação)	Inf. 1: Canja de carne Inf. 2: Bolo integral Chá de erva-cidreira Frutas (da estação)	Inf. 1 e Inf. 2: Croutons artesanais Frutas (da estação)	Inf. 1: Canja Inf. 2: Mini pão francês integral com molho bolonhesa Frutas (da estação)	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL
LANCHE DA TARDE INFANTIL Infantil 17h	Tangerina	Pera	Banana	Maçã	LANCHE LIVRE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL

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

FRUTAS DA ÉPOCA – Agosto: banana-nanica, kiwi, laranja-pera, maçã, mamão, mexerica, morango 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.