



ALMOÇO					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1ºS					FERIADO 1
2ºSem	Arroz integral 4 Feijão OPÇÃO PROTEICA* Quirera Alface	Arroz 5 Feijão OPÇÃO PROTEICA* Macarrão alho e óleo Brócolis	Arroz 6 Feijão OPÇÃO PROTEICA* Espaguete alho e óleo Cenoura	Arroz <u>integral</u> 7 Feijão OPÇÃO PROTEICA* Creme de milho Beterraba	Arroz 8 Feijão branco OPÇÃO PROTEICA* Acelga
3ºSem	Arroz 11 Feijão OPÇÃO PROTEICA* Espaguete ao molho sugo Pimentão	Arroz 12 Feijão OPÇÃO PROTEICA* Brócolis ao molho branco Couve-flor	Arroz 13 Feijão OPÇÃO PROTEICA* Legumes refogados (brócolis, cenoura e vagem) Pepino japonês	Arroz <u>integral</u> 14 Feijão OPÇÃO PROTEICA* Mandioca Repolho	Arroz 15 Feijão OPÇÃO PROTEICA* Alface roxa
4ºSem	Arroz 18 Feijão Isclas de frango cozido Brócolis ao molho branco gratinado Alface e beterraba	Arroz 19 Feijão Fígado Purê de batata Pimentão e couve-flor	Arroz 20 Feijão Peixe assado Macarrão com legumes refogados Pepino e tomate	Arroz <u>integral</u> 21 Feijão Coxa e sobrecoxa ao molho Polenta cremosa Couve e alface	Arroz 22 Feijão Quibe assado recheado de queijo e molho branco Acelga com maçã
5ºSem	Arroz 25 Feijão Carne moída Espaguete alho e óleo Tomate e pepino.	Arroz 26 Feijão Frango xadrez com legumes Alface crespa	Arroz 27 Feijão Bife acebolado Batata doce Cenoura cozida e acelga	Arroz <u>integral</u> 28 Feijão Filé de frango Creme de espinafre Beterraba e couve	Arroz 29 Feijão Rocambole de carne Alface crespa e tomate

*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; **As saladas são variadas de acordo com a sazonalidade;*** As 10h é servido um iogurte ou biscoito
****Às 14h é servida uma Fruta ou Vitamina;*****Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado.

NOTA: DEVIDO A GREVE DOS CAMINHONEIROS, SE A MESMA PERMANECER NO MÊS DE JUNHO, O CARDÁPIO PODERÁ SOFRER MAIS ALTERAÇÕES QUE O NORMAL, PORÉM AS ALTERAÇÕES SERÃO TEMPORÁRIAS. AS CARNES SERÃO DEFINIDAS NO DIA, PORÉM HAVERÁ SEMPRE 1 OPÇÃO PROTEICA. PEDIMOS A COMPREENSÃO DE TODOS. ATENCIOSAMENTE, NUTRICIONISTA VANESSA DE CARLI.



CAFÉ DA MANHÃ/DESJEJUM

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1ªSem					1 FERIADO
2ªSem	Café com leite 4 Biscoito salgado/doce	Chá de camomila 5 Pão com margarina	Achocolatado quente 6 Biscoito salgado/doce	Chá de erva doce 7 Pão integral com geleia de fruta orgânica	Café com leite 8 Biscoito salgado
3ªSem	Café com leite 11 Biscoito salgado/doce	Chá de camomila 12 Pão integral com margarina	Achocolatado quente 13 Biscoito salgado/doce	Chá de erva doce 14 Pão integral com geleia de fruta orgânica	Café com leite 15 Pão integral com margarina
4ªSem	Café com leite 18 Biscoito salgado/doce	Chá de camomila 19 Pão com margarina	Achocolatado quente 20 Biscoito salgado/doce	Chá de erva doce 21 Pão integral com geleia de fruta orgânica	Café com leite 22 Biscoito salgado
5ªSem	Café com leite 25 Biscoito salgado/doce	Chá de camomila 26 Pão com margarina	Achocolatado quente 27 Biscoito salgado/doce	Chá de erva doce 28 Pão integral com geleia de fruta orgânica	Café com leite 29 Biscoito salgado

CAFÉ DA TARDE

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1ªSem					1 FERIADO
2ªSem	Pudim + rosquinha 4	Sopa de feijão 5	Parafuso ao molho bolonhesa 6	Suco 7 Bolo de chocolate	Suco de uva integral 8 Pipoca
3ªSem	Achocolatado quente 11 Biscoito	Polenta cremosa 12 Com picadinho de carne	Sagu 13	Suco natural 14 Cuscuz com omelete com ervas finas	Pudim + rosquinha 15
4ªSem	Espaguete com 18 Frango desfiado	Sopa de macarrão 19 Com frango	Creme de batata 20 (Batata, carne, couve e ervilha)	Suco 21 Sanduiche natural (Pão integral, patê de frango, pepino japonês, cenoura, alface crespa e tomate)	Banana com farinha 22 láctea
5ªSem	Macarrão com carne moída 25	Quirera de frango 26	Vitamina de abacate 27 Rosquinha	Suco 28 Bolo de fubá	Café com leite 29 Biscoito salgado

*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; **As saladas são variadas de acordo com a sazonalidade;*** As 10h é servido um iogurte ou biscoito
****Às 14h é servida uma Fruta ou Vitamina;****Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado.

NOTA: DEVIDO A GREVE DOS CAMINHONEIROS, SE A MESMA PERMANECER NO MÊS DE JUNHO, O CARDÁPIO PODERÁ SOFRER MAIS ALTERAÇÕES QUE O NORMAL, PORÉM AS ALTERAÇÕES SERÃO TEMPORÁRIAS. AS CARNES SERÃO DEFINIDAS NO DIA, PORÉM HAVERÁ SEMPRE 1 OPÇÃO PROTEICA. PEDIMOS A COMPREENSÃO DE TODOS. ATENCIOSAMENTE, NUTRICIONISTA VANESSA DE CARLI.



Centro de Educação Infantil A Mão Cooperadora - LINDÓIA

CARDÁPIO JUNHO/2018



*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; **As saladas são variadas de acordo com a sazonalidade;*** As 10h é servido um iogurte ou biscoito
****Às 14h é servida uma Fruta ou Vitamina;****Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado.

NOTA: DEVIDO A GREVE DOS CAMINHONEIROS, SE A MESMA PERMANECER NO MÊS DE JUNHO, O CARDÁPIO PODERÁ SOFRER MAIS ALTERAÇÕES QUE O NORMAL, PORÉM AS ALTERAÇÕES SERÃO TEMPORÁRIAS. AS CARNES SERÃO DEFINIDAS NO DIA, PORÉM HAVERÁ SEMPRE 1 OPÇÃO PROTEICA. PEDIMOS A COMPREENSÃO DE TODOS. ATENCIOSAMENTE, NUTRICIONISTA VANESSA DE CARLI.