



Centro de Educação Infantil A Mão Cooperadora- PIRAQUARA
CARDÁPIO NOVEMBRO 2021



ALMOÇO GERAL - GERAL					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem	1 RECESSO	2 FERIADO	3 Arroz integral Feijão preto Linguíça assada com batata Salada de tomate e cenoura	4 Arroz Feijão Músculo assado Mandioca cozida Beterraba cozida e vagem	5 Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa assada temperada com alecrim Farofa com aveia e cenoura Mix de folhas verde com manga
2ª Sem	8 Arroz Feijão Carne de panela Quirera Salada de cenoura e couve refogada	9 Arroz Feijão Ovos mexidos Parafuso a primavera (milho, cenoura e brócolis) Salada de alface e acelga	10 Arroz Lentilha Filé de frango refogado Jardineira de legumes Pepino japonês	11 Arroz Feijão Bife acebolado Macarrão parafuso Couve flor e abobrinha refogada	12 Arroz Feijão Estrogonofe de carne Batata palha Tabule
3ª Sem	15 FERIADO	16 Arroz Feijão Rocambole de carne Legumes gratinados Alface e tomate	17 Arroz integral Feijão preto Tiras de carne Batatas rústicas assadas Mix de folhas e beterraba	18 Arroz Feijão Cubos de frango ao molho branco Abobrinha assada empanada com farinha de mandioca e aveia Beterraba ralada	19 Arroz Feijão Escondidinho de mandioca com carne ou frango sem embutidos Espaguete ao molho branco Pimentão e tomate
4ª Sem	22 Arroz Feijão Ovos mexidos Espaguete á bolonhesa Couve flor e agrião	23 Arroz Feijão Frango a passarinho de forno Purê de batatas Alface e cenoura em palitos	24 Arroz Lentilha Quibe (sem embutidos) Brócolis ao molho branco Chuchu e tomate	25 Arroz Feijão Frango ao molho Quirera cremosa Salada de berinjela e Alface	26 Arroz Feijão Carne moída ao molho Penne ao molho sugo Vagem e cenoura
5ª Sem	29 Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa assada Parafuso ao molho branco Pepino japonês e couve	30 Arroz Feijão Músculo assado com ervas Maionese de batatas Salada de repolho com abacaxi			

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; **As saladas e frutas são variadas de acordo com a sazonalidade;* As 10h é servido uma fruta ou biscoito
****As 14h é servida uma Fruta;*****Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor aceitação das crianças.**



Centro de Educação Infantil A Mão Cooperadora- PIRAQUARA
CARDÁPIO NOVEMBRO 2021



CAFÉ DA MANHÃ					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem	RECESSO 1	FERIADO 2	Vitamina de frutas 3 Biscoito doce/salgado	Chá de camomila 4 Pão semi integral com manteiga	Leite com café 5 Fruta
2ª Sem	Leite com café 8 Biscoito doce/salgado	Chá de erva doce 9 Pão semi integral com geleia	Vitamina de frutas 10 Biscoito doce/salgado	Chá de erva doce 11 Pão semi integral com manteiga	Leite com café 12 Biscoitodoce/salgado
3º Sem	FERIADO 15	Chá de capim limão 16 Pão semi integral com geleia	Vitamina de frutas 17 Biscoito doce/salgado	Chá de capim limão 18 Pão semi integral com manteiga	Leite com café 19 Biscoitodoce/salgado
4º Sem	Leite com café 22 Biscoito doce/salgado	Chá de hortelã 23 Pão semi integral com geleia	Vitamina de frutas 24 Biscoito doce/salgado	Chá de camomila 25 Pão semi integral com manteiga	Leite com café 26 Fruta
5º Sem	Leite com café 29 Biscoito doce/salgado	Chá de capim limão 30 Pão semi integral com geleia			

Os líquidos para menores de 3 anos são sem açúcar! Café apenas para os maiores de 3 anos!

LANCHE DA TARDE					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem	RECESSO 1	FERIADO 2	Sopa de legumes 3	Polenta cremosa 4 Carne moída com molho	Risoto de frango 5
2ª Sem	Sopa de legumes 8	Chá claro (gelado ou quente) 9 Pão francês com carne moída (buraco quente)	Canja de frango 10	Suco natural 11 Bolo de cenoura sem cobertura	Creme de batata com cenoura 12
3º Sem	FERIADO 15	Parafuso ao sugo 16	Suco natural 17 Pão com manteiga	Buffet de frutas 18 (banana, uva, morango e manga)	Risoto com milho 19
4º Sem	Quirera 22 Cubos de frango ao molho	Sopa minestrone 23 (feijão, macarrão, cenoura e batatas)	Macarronada 24	Chá claro 25 Pizza de pão (sem embutidos)	Vitamina de banana e maçã 26 Pão semi integral com manteiga
5º Sem	Risoto com carne desfiada 29	30			

Observação: Toda a nossa alimentação é preparada com temperos naturais. Exceto berçário: Pipoca, será ofertado mingau de aveia no lugar.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; **As saladas e frutas são variadas de acordo com a sazonalidade;* As 10h é servido uma fruta ou biscoito
****As 14h é servida uma Fruta;*****Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor aceitação das crianças.**