



**Centro de Educação Infantil A Mão Cooperadora – CAMPO COMPRIDO**  
**CARDÁPIO NOVEMBRO 2021**



**ALMOÇO GERAL - GERAL**

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>1º Sem</b>	<b>RECESSO</b> 1	<b>FERIADO</b> 2	Arroz Feijão Estrogonofe de frango Batata palha Alface e tabule 3	Arroz Feijão Bife acebolado Batata assada Salada de pimentão 4	Arroz Feijão Drumet assado Legumes gratinados Mix de folhosos com tomate 5
<b>2ª Sem</b>	Arroz Feijão Bolinho de carne assado Brócolis e couve-flor na manteiga Acelga 8	Arroz Feijão Filé de frango acebolado Abobrinha empanada com aveia (assada) Couve-flor 9	Arroz Feijão Carne de panela Quirera Cenoura ralada e brócolis 10	Arroz Feijão Isclas de frango Penne ao molho sugo Pepino japonês e tomate 11	Arroz Feijão Escondidinho de carne Salada de alface, acelga e manga. 12
<b>3ª Sem</b>	<b>FERIADO</b> 15	Arroz Feijão Ovos mexidos Parafuso á primavera Cenoura e acelga 16	Arroz Feijão Filé de frango Batata doce Abobrinha e cenoura ralada 17	Arroz Feijão Quibe assado sem embutidos Creme de milho Tomate e alface 18	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa assada Abacaxi assado no forno Alface roxa e pepino 19
<b>4ª Sem</b>	Arroz Feijão Tiras de frango refogadas ao molho branco Repolho refogado Cenoura ralada 22	Arroz Feijão Isclas de frango acebolado Souflê de batata Brócolis e tomate 23	Arroz Feijão Carne de panela Com batata e cenoura Pepino japonês 24	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa ao molho Polenta cremosa Beterraba e agrião 25	Arroz Feijão Lasanha á bolonhesa Salada de cenoura e repolho roxo ambos ralados 26
<b>5ª Sem</b>	Arroz Lentilha Carne moída Penne ao molho Pepino japonês e tomate 29	Arroz Feijão Bife acebolado Legumes com queijo gratinado Alface e chuchu 30			

**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 \*\*\*\*Às 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 – CAMPO COMPRIDO  
CARDÁPIO NOVEMBRO 2021



CAFÉ DA MANHÃ					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem	1 <b>RECESSO</b>	2 <b>FERIADO</b>	3 Mingau de aveia E banana	4 Chá de hortelã Fruta	5 Chá de capim limão Ovos mexidos
2ª Sem	8 Chá de camomila Pão semi integral com geleia	9 Suco natural Biscoito polvilho doce	10 Vitamina de frutas e pão semi integral com manteiga	11 Chá de hortelã Fruta	12 Chá de capim limão Ovos mexidos
3º Sem	15 <b>FERIADO</b>	16 Chá de camomila Pão semi integral com manteiga	17 Chá de capim limão Ovos mexidos	18 Vitamina de fruta Biscoito polvilho doce	19 Chá de hortelã Fruta
4º Sem	22 Suco de fruta Biscoito de polvilho	23 Chá de capim limão Pão semi integral com geleia de frutas	24 Mingau de aveia E banana	25 Chá de erva doce Pão semi integral com manteiga	26 Chá de camomila Fruta
5º Sem	29 Chá de capim limão Ovos mexidos	30 Chá de camomila Pão semi integral com manteiga			

Os líquidos para menores de 3 anos é sem açúcar!

LANCHE DA TARDE					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem	1 <b>RECESSO</b>	2 <b>FERIADO</b>	3 Polenta cremosa	4 Suco natural Bolo de fubá sem cobertura	5 Chá claro (quente ou gelado) Pão francês com carne moída
2ª Sem	8 Chá claro + pipoca + 1 fruta	9 Polenta cremosa Com frango	10 Caldo de feijão com Picadinho de carne	11 Suco natural Pizza de pão (pão, queijo, tomate e molho de tomate) <b>sem embutidos.</b>	12 Vitamina de frutas Biscoito de polvilho doce
3º Sem	15 <b>RECESSO</b>	16 Sopa de legumes	17 Vitamina de frutas Pão com manteiga	18 Chá claro (quente ou gelado) Pão semi integral com patê de frango caseiro e uma folhinha de alface	19 Suco natural Pão de queijo
4º Sem	22 Risoto de frango	23 Chá claro Omelete de forno	24 Suco natural Pão semi integral com manteiga	25 Buffet de frutas (Kiwi, banana, morango, uva)	26 Macarronada
5º Sem	29 Quirera com picadinho De carne	30 Creme de batata com cenoura			

**Observação:** Toda a nossa alimentação é preparada com temperos naturais.

Exceção 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 \*\*\*\*Às 14h é servida uma Fruta; \*\*\*\*Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor aceitação das crianças.**