



setembro 2024

## Centro de Educação Infantil - LINDÓIA

Mão Cooperadora

CAFÉ DA MANHÃ



domingo	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira	sábado
1	2 Leite com café Biscoito doce	3 Chá de Capim Limão Pão caseiro simples com manteiga	4 Leite com canela Biscoito doce Pão caseiro simples com manteiga	5 Vitamina de Banana com aveia Biscoito salgado	6 Sucrilhos sem açúcar com leite 1 opção de fruta	7
8	9 Leite com café Biscoito salgado	10 Chá de Erva doce Pão de fubá com manteiga	11 Chá Mate Pão semi integral	12 Vitamina de maçã com mamão Biscoito doce	13 Sucrilhos sem açúcar com leite 1 opção de fruta	14
15	16 Leite com café Biscoito de leite	17 Chá de Camomila Pão caseiro simples com manteiga	18 Leite com canela Biscoito Salgado Pão de cenoura	19 Vitamina de Banana com aveia Biscoito salgado	20 Sucrilhos sem açúcar com leite 1 opção de fruta	21
22	23 Leite com café Biscoito de salgado	24 Chá de Hortelã Pão de fubá com manteiga	25 Chá Mate Pão semi integral	26 Vitamina de abacate Biscoito doce	27 Sucrilhos sem açúcar com leite 1 opção de fruta	28
29	30 Leite com café Biscoito doce	1	2	3	4	5
6	7	Anotações  Leite com café: preparo padrão 70% de leite, 30% de café.				



setembro 2024

# Centro de Educação Infantil - LINDÓIA

Mão Cooperadora

## ALMOÇO



domingo	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira	sábado
1	2 Arroz/Feijão Ovos cozidos macarrão alho e óleo tomate e alface	3 Arroz/Lentilha Frango refogado farofa de ovos Tomate e brócolis	4 Arroz/feijão Carne com molho purê de batatas Cenoura e chuchu	5 Arroz/Feijão Coxa e sobrecoxa assadas Legumes refogados Mix de folhas c/ tomate e pepino	6 Arroz Feijão Lasanha de carne moída Pepino Japonês	7
8	9 Arroz /Feijão Ovos cozido Parafuso com brócolis Cenoura ralada e chuchu	10 Arroz/Feijão Tiras de frango assada Jardineira de legumes Couve manteiga c/ laranja	11 Arroz/feijão Moela de frango Batata rústica Tomate e pepino	12 Arroz/Feijão Almôndegas de carne ao molho Parafuso alho e óleo Pepino japonês e alface	13 Arroz Feijão Quibe assado com recheio de creme de queijo Beterraba e cenoura	14
15	16 Arroz/Feijão Omelete de forno colorido Abobrinha refogada Cenoura	17 Arroz/Feijão Músculo na pressão Quirera Alface roxa e tomate	18 Arroz/feijão Pernil assado em pedacinhos Suflê de Chuchu Acelga e tomate	19 Arroz/Feijão Sassami acebolado Purê de batatas Pimentão e pepino	20 Arroz/Feijão Lasanha de frango Salada mista (aceclga, alface, tomate e pepino)	21
22	23 Arroz/Feijão Linguiça de frango assada Creme de milho Alface, tomate e pepino	24 Arroz/Feijão Tiras de carne aceboladas Batata doce cozida Pimentão e alface	25 Arroz/lentilha Frango xadrez Espaguete alho e óleo Pepino e tomate	26 Arroz/Faijão Ovos mexido c/ tomate Farofa de banana Acelga e beterraba	27 Arroz/Feijão Fricassê de frango Tabule Sobremesa: 1 porção peq de canjica	28
29	30 Arroz/Feijão Ovos mexidos com milho verde e cheiro verde Abobrinha refogada Cenoura	1	2	3	4	5
6	7	<p>Anotações</p> <p><b>CARDÁPIO ELABORADO POR NUTRICIONISTA. SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO;</b></p> <p>As <b>saladas e frutas</b> são variadas de acordo com a sazonalidade;</p> <p><b>A hidratação é incentivada várias vezes ao dia pelas professoras da turma.</b></p> <p>Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor aceitação das crianças.</p>				



setembro 2024

# Centro de Educação Infantil - LINDÓIA

Mão Cooperadora

## LANCHE DA TARDE



domingo	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira	sábado
1	2 Parafuso ao molho de tomate	3 Cuscus com ovos mexidos Chá mate com limão e gelo	4 Canja de frango com arroz integral	5 Purê de batata c/ cenoura e carne moída	6 Canjica	7
8	9 Caldo de feijão com batatinha	10 Macarronada ao molho sugo	11 Polenta cremosa com frango	12 Bolo de banana com aveia chá de camomila	13 Sagu com suco de uva 100% integral	14
15	16 Sopa de mandioca com frango cozido	17 Sopa de legumes com músculo	18 Chá de capim limão com cuscuz com ovos	19 Bolo de pão de queijo Suco verde (limão, couve manteiga e gengibre)	20 Canjica	21
22	23 Risoto de carne bovina	24 Polenta cremosa com carne picadinha	25 Canja de frango com cenoura	26 Bolo simples de amido de milho (teste) Suco de uva 100% integral	27 Sagu com suco de uva 100% integral	28
29	30 Cuscuz com ovos mexidos Chá de anis	1	2	3	4	5
6	7	Anotações				