



CAFÉ DA MANHÃ/ DESJEJUM					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem		Chá de erva doce 1 Rosquinha de côco	Suco de fruta 2 Rosquinha de polvilho	Chá de melissa 3 Pão caseiro com manteiga	Leite com café 4 Rosquinha de leite
2º Sem	Leite com café 7 Biscoito de leite sem recheio	Chá de capim limão 8 Pão francês com manteiga	Leite morno 9 Ovos mexidos	Chá de camomila 10 Pão de batata com margarina	Leite com café 11 Ovos mexidos
3ª Sem	RECESSO 14	FERIADO 15	Suco de fruta 16 Rosquinha de polvilho	Chá de capim limão 17 Pão de cenoura com manteiga	Leite com café 18 Biscoito salgado
4º Sem	Leite com café 21 Rosquinha de leite	Chá de camomila 22 Pão francês com manteiga	Leite morno 23 Biscoito de maizena	Chá de hortelã 24 Pão semi integral com manteiga	Leite com café 25 Biscoito de leite sem recheio
5º Sem	Leite com café 28 Bolacha de maizena	Chá de hortelã 29 Biscoito de leite	Leite quente 30 Biscoito salgado	Chá de erva cidreira 31 Pão de aveia com manteiga	

*Leite com café: preparação com limite de oferta! 70% leite e 30% café somente!
**A quantidade de açúcar para crianças acima de 3 anos é limitada, dentro dos padrões permitidos.

*CARDÁPIO ELABORADO POR NUTRICIONISTA. **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; ***As saladas e frutas são variadas de acordo com a sazonalidade;**** Às 10h00 e às 14h00 é servido uma porção de fruta; *****Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor aceitação das crianças, *****A HIDRATAÇÃO é incentivada várias vezes ao dia pelos professores.



ALMOÇO GERAL

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem		Arroz 1 Feijão Carne de panela com batata Purê de abóbora Repolho e tomate	Arroz 2 Feijão Suína desfiada Farfafa de banana com cenoura Couve e beterraba	Arroz 3 Lentilha Moída de frango com legumes Brócolis ao molho branco Cenoura e alface	Arroz 4 Feijão Linguíça refogada Quirerinha Repolho e folhas verdes
2ª Sem	Arroz 7 Feijão Ovos cozidos com cheiro verde Purê de batata Cenoura, pepino e tomate	Arroz 8 Lentilha Escondinho de linguíça Macarrão ao molho vermelho Beterraba e repolho	Arroz 9 Feijão Frango ao molho Bolinho de arroz com legumes Cenoura ralada e alface	Arroz Integral 10 Feijão Bife grelhado acebolado Mandioca refogada Alface e cenoura	Arroz 11 Feijão Moída refogada com legumes Polenta cremosa Folhas verdes e pepino
3ª Sem	14 RECESSO	15 FERIADO	Arroz 16 Feijão Ovos mexidos Yakissoba de carne com legumes Repolho e cenoura	Arroz integral 17 Feijão Frango assado Mix de legumes refogados Tomate e couve	Arroz 18 Feijão Moela com batata Farofa de linguíça com couve Beterraba ralada e repolho
4ª Sem	Arroz 21 Feijão Ometelete colorido Refogadão de legumes Acelga e chuchu	Arroz 22 Lentilha Strogonoff de frango Batata palha Cenoura ralada e couve	Arroz integral 23 Feijão Peixe ao molho Farofa colorida Beterraba e tomate	Arroz 24 Feijão Picadinho de carne Creme de milho Repolho e tomate	Arroz 25 Feijão Pernil assado Quirerinha Folhas verdes e pepino
5ª Sem	Arroz 28 Feijão Ovos mexidos com cenoura Parafuso à primavera Repolho roxo e tomate	Arroz 29 Lentilha Moela ao molho Farofa de ovo com cenoura e couve Pepino e cenoura	Arroz 30 Feijão Frango na chapa Polenta cremosa Tomate de pepino	Arroz 31 Feijão Bolinho de carne ao molho Batata assada com ervas finas Acelga e cenoura	

CARDÁPIO ELABORADO POR NUTRICIONISTA. **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; ***As saladas e frutas são variadas de acordo com a sazonalidade;* Às 10h00 e às 14h00 é servido uma porção de fruta; *****Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor aceitação das crianças, *****A HIDRATAÇÃO é incentivada várias vezes ao dia pelos professores.**



LANCHE DA TARDE

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem		Canja de frango com legumes 1	Macarrão à bolonhesa 2	Leite com café Rosquinha de polvilho 3	Chá de erva doce Bolacha sem recheio 4
2º Sem	Quirerinha com carne 7	Gelatina 8	Suco de fruta Pipoca salgada 9	Chá de camomila Bolo de chocolate 10	Risoto de frango 11
3ª Sem	RECESSO 14	FERIADO 15	Sopa de mandioca com linguiça 16	Suco natural Pão francês com frango desfiado, alface e tomate 17	Leite com café Rosquinha de leite 18
4º Sem	Sopa de feijão com carne e legumes 21	Macarronada de frango 22	Vitamina de banana Pipoca salgada 23	Sagu de uva 24	Quirerinha com carne 25
5º Sem	Chá de hortelã Rosquinha de leite 28	Polenta com carne desfiada 29	Arroz carreteiro 30	Canjica 31	

Orientação para cozinha: Triturar as ervas desidratadas no liquidificador, por uma questão atual de aceitação alimentar das crianças, em atividades incentivaremos aceitação de temperos aparentes.

CARDÁPIO ELABORADO POR NUTRICIONISTA. **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; ***As saladas e frutas são variadas de acordo com a sazonalidade;* Às 10h00 e às 14h00 é servido uma porção de fruta; *****Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor aceitação das crianças, *****A HIDRATAÇÃO é incentivada várias vezes ao dia pelos professores.**



Centro de Educação Infantil Mão Cooperadora – PIRAQUARA

CARDÁPIO OUTUBRO 2024



LANCHE DA TARDE CONTRATURNO					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem		Leite com café Bolacha salgada 1	Macarrão á bolonhesa 2	Leite com café Rosquinha de polvilho 3	Chá de erva doce Bolacha sem recheio 4
2º Sem	Quirerinha com carne 7	Gelatina 8	Suco de fruta Pipoca salgada 9	Chá de camomila Bolacha de maizena 10	Leite morno Pão caseiro com manteiga 11
3ª Sem	RECESSO 14	FERIADO 15	Sopa de mandioca com linguiça 16	Suco natural Pão francês com frango e tomate 17	Leite com café Rosquinha de leite 18
4º Sem	Sopa de feijão com carne 21	Macarronada de frango 22	Vitamina de banana Pipoca salgada 23	Sagu de uva 24	Chá de hortelã Biscoito de leite 25
5º Sem	Chá de hortelã Rosquinha de leite 28	Leite com café Ovos mexidos 29	Arroz carreteiro 30	Canjica 31	

*Leite com café: preparação com limite de oferta! 70% leite e 30% café somente!

CARDÁPIO ELABORADO POR NUTRICIONISTA. **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; ***As saladas e frutas são variadas de acordo com a sazonalidade;* Às 10h00 e às 14h00 é servido uma porção de fruta; *****Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor aceitação das crianças, *****A HIDRATAÇÃO é incentivada várias vezes ao dia pelos professores.**