



# Centro de Educação Infantil - LINDÓIA

Mão Cooperadora

CAFÉ DA MANHÃ



outubro 2024

domingo	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira	sabado
29	30	<b>1</b> Leite com café com pão caseiro e manteiga	<b>2</b> Sucrilhos com Leite	<b>3</b> Vitamina de banana com Aveia e Biscoito	<b>4</b> Chá de Camomila com pão caseiro e ovos mexidos	<b>5</b>
<b>6</b>	<b>7</b> Leite com café e Biscoito salgado	<b>8</b> Chá de Erva doce com pão caseiro e ovos mexidos	<b>9</b> Leite com Cacau 70% e biscoito de Polvilho	<b>10</b> Sucrilhos com Leite	<b>11</b> Chá de Hortelã com pão caseiro e manteiga	<b>12</b>
<b>13</b>	<b>14</b> <b>FERIADO</b>	<b>15</b> Leite com café com pão caseiro e manteiga	<b>16</b> Sucrilhos com Leite	<b>17</b> Vitamina de Frutas (2 opções) e Biscoito	<b>18</b> Chá de Capim santo com pão caseiro e ovos mexidos	<b>19</b>
<b>20</b>	<b>21</b> Leite com café e Biscoito salgado	<b>22</b> Chá de Camomila com pão caseiro e ovos mexidos	<b>23</b> Leite com Cacau 70% e biscoito de Polvilho	<b>24</b> Sucrilhos com Leite	<b>25</b> Chá de Erva doce com pão caseiro e manteiga	<b>26</b>
<b>27</b>	<b>28</b> Leite com café e Biscoito doce	<b>29</b> Sucrilhos com Leite	<b>30</b> Leite com café com pão caseiro e manteiga	<b>31</b> Vitamina de Frutas (2 opções) e Biscoito	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>3</b>	<b>4</b>	<p>Anotações</p> <p><b>CONSISTÊNCIA DO CARDÁPIO:</b></p> <p><b>Crianças menores de 1 ano:</b> Pastosa (não liquidificada) e <u>não pode ser ofertado leite de vaca, seguir orientação diferenciada!</u></p> <p><b>Crianças maiores de 1 ano:</b> pedaços macios.</p> <p><b>Crianças maiores de 2 anos:</b> consistência normal (sem modificações).</p> <p>Líquidos não adoçados para crianças menores de 3 anos. <b>Leite com café: preparo padrão 70% de leite, 30% de café.</b></p>				



# Centro de Educação Infantil - LINDÓIA

## Mão Cooperadora

### ALMOÇO



## outubro 2024

domingo	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira	sábado
29	30	<b>1</b> Arroz/Lentilha Almôdega de carne Couve flor ao molho Beterraba	<b>2</b> Arroz/feijão Filé de Frango aceb. Chuchu refogados Acelga e laranja	<b>3</b> Arroz/Feijão Carne moída refogada Foarofa de ovos Vagem refogada	<b>4</b> Arroz colorido/Feijão Coxa e sobrecoxa assada Berinjela assada Mix de folhas	<b>5</b>
<b>6</b>	<b>7</b> Arroz /Feijão Ovos cozidos Suflê de chuchu Tomate e pepino	<b>8</b> Arroz/Feijão Filé de frango grelhado Creme de milho Mix de folhas com abacaxi	<b>9</b> Arroz/feijão Frango Xadrez Parafuso alho e óleo Repolho roxo	<b>10</b> Arroz/Lentilha Carne cozida com Mandioca Farofa de cenoura	<b>11</b> Arroz/Feijão Estrogonofre de carne Batata palha Couve e brócolis cozidos	<b>12</b>
<b>13</b>	<b>14</b> <b>FERIADO</b>	<b>15</b> Arroz/Feijão Picadinho de Carne ao molho Espaguete alho e óleo Repolho com laranja	<b>16</b> Arroz/feijão Isclas de frango Macarrão ao molho sugo Beterraba Mix de folhas	<b>17</b> Arroz/Feijão Carne de Panela Batata Rústica Rúcula com manga	<b>18</b> Arroz/Feijão Salpicão de frango com legumes Alface e tomate	<b>19</b>
<b>20</b>	<b>21</b> Arroz /Feijão Ovos mexidos Farofa de cenoura Tomate e Pimentão	<b>22</b> Arroz/Feijão Frango a Dorê Abobrinha refogada Couve manteiga	<b>23</b> Arroz/feijão Fígado acebolado* cenoura Soutê Brócolis	<b>24</b> Arroz/Lentilha Isclas de carne acebolada Purê de cenoura Repolho roxo	<b>25</b> Arroz/Feijão Bife ao molho de espinafre Parafuso alho e óleo Brócolis refogados	<b>26</b>
<b>27</b>	<b>28</b> Arroz /Feijão Omelete colorido de legumes Brócolis ao molho Tomate	<b>29</b> Arroz/feijão Coxa e sobrecoxa ensopado Farofa de banana Beterraba	<b>30</b> Arroz/Feijão Músculo cozido com batatas Purê de batata doce Alface, tomate e pepino	<b>31</b> Arroz/Feijão Isclas de frango ao molho Batata salsa Tomate e rabanete	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>3</b>	<b>4</b>	<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>As 9h30 são servidas frutas para as turmas de berçário II e MI; E às 14h, uma porção de fruta para todas as turmas;</p> <p>Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor ac</p> <p><b>A hidratação é incentivada várias vezes ao dia pelas professoras da turma.</b></p>				



outubro 2024

# Centro de Educação Infantil - LINDÓIA

Mão Cooperadora

## LANCHE DA TARDE



domingo	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira	sábado
29	30	1 Quirera com frango desfiado	2 Canja	3 Macarrão com carne moída	4 Sagu com suco de uva 100% integral	5
6	7 Cuscuz com milho verde e ovos mexidos	8 <b>Sanduche Natural</b> Suco de Uva 100% integral	9 <b>Cupcake</b> Pipoca e Suco natural	10 <b>Piquenique</b>	11 Sorbet de Banana com morango	12
13	14 <b>FERIADO</b>	15 Polenta com carne desfiada	16 Parafuso ao molho branco com frango desfiado	17 Torta salgada simples	18 Sagu com suco de uva 100% integral	19
20	21 Canjica	22 Quirera com frango desfiado	23 Creme de abóbora com carne moída	24 Bolo de Banana com aveia	25 Sorbet de manga	26
27	28 Sopa de legumes com macarrão	29 Polenta com frango	30 Cuscuz com linguça de frango	31 Pão de queijo caseiro Suco natural	1	2
3	4	Anotações <b>NÃO É PERMITIDO ADOÇAR COM AÇÚCAR, ADOÇANTE OU MEL PREPARAÇÕES DE CRIANÇAS MENORES DE 3 ANOS</b> Utilizar purê de maçã, uva passas ou frutas para adoçar a preparação.				