

## CARDÁPIO DE JULHO - KIDS

	Composição	Segunda-feira (02/07)	Terça-feira (04/07)	Quarta-feira (04/07)	Quinta-feira (05/07)	Sexta-feira (06/07)
Almoço	Prato base	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
	Prato principal	Ovo mexido	Filé de frango grelhado	Tirinhas de carne	Coxinha de frango assada	Hambúrguer à pizzaiolo
	Guarnição	Farofa enriquecida	Purê de batata	Jardineira de legumes (cenoura, milho e vagem)	Brócolis cozido	Chuchu sauté
	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada
	Sobremesa	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	Pudim de chocolate
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
Lanche	Pão	Pão francês com queijo	Biscoito doce e salgado	Bisnaguinha com requeijão, margarina ou geleia	Bolo caseiro	Lanchinho natural
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Prato base	Sopa de feijão com macarrão	Polenta com molho a bolonhesa	Caldo verde	Macarrão a bolonhesa	Canja de galinha
	Suco	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Composição	Segunda-feira (09/07)	Terça-feira (10/07)	Quarta-feira (11/07)	Quinta-feira (12/07)	Sexta-feira (13/07)
Almoço	Prato base	FERIADO	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
	Prato principal		Carne moída com cenoura em cubinhos	Tirinhas de frango	Estrogonofe de carne	Cubinhos de frango
	Guarnição		Chuchu cozido	Couve refogada	Batata palha	Abobrinha cozida
	Salada		Salada	Salada	Salada	Salada
	Sobremesa		Fruta	Fruta	Fruta	Gelatina
	Bebida		Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
Lanche	Pão	FERIADO	Cereal matinal com e sem leite	Biscoito doce e salgado sem recheio	Bolo caseiro	Pipoca
	Bebida		Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Prato base	FERIADO	Macarrão ao sugo com frango desfiado	Sopa de legumes com carne e macarrão	Risoto de legumes com frango desfiado	Sopa de legumes frango e macarrão
	Suco		Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Sobremesa		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

	Composição	Segunda-feira (16/07)	Terça-feira (17/07)	Quarta-feira (18/07)	Quinta-feira (19/07)	Sexta-feira (20/07)
Almoço	Prato base	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
	Prato principal	Cubinhos cozidos de carne	Coxinha de frango assada	Quibe assado	Tirinhas de frango	Tirinhas de carne grelhadas
	Guarnição	Batata e cenoura cozidas	Batata sauté	Brócolis e couve-flor cozidos	Milho cozido com salsinha	Farofa enriquecida
	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada
	Sobremesa	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	Manjar
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
Lanche	Pão	Pão francês com geleia, margarina e requeijão	Biscoito doce e salgado sem recheio	Bisnaguinha com requeijão, margarina ou geleia	Bolo caseiro	Bauruzinho no pão de forma
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Prato base	Sopa de feijão com macarrão	Polenta com molho a bolonhesa	Caldo verde	Macarrão a bolonhesa	Canja de galinha
	Suco	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

	Composição	Segunda-feira (23/07)	Terça-feira (24/07)	Quarta-feira (25/07)	Quinta-feira (26/07)	Sexta-feira (27/07)
Almoço	Prato base	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
	Prato principal	Carne moída refogada	Filé de frango grelhado	Feijoadinha	Filé de sobrecoxa assada	Omelete de forno com queijo
	Guarnição	Purê misto (mandioquinha e cará)	Creme de milho	Farofinha enriquecida e couve refogada	Abobrinha cozida	Batata assada
	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada
	Sobremesa	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	Arroz doce
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
Lanche	Pão	Pão francês com geleia, requeijão ou margarina	Pão de queijo	Bisnaguinha com geleia, requeijão ou margarina	Bolo caseiro	Pipoca
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Prato base	Risoto de legumes com frango desfiado	Sopa de legumes com carne e macarrão	Polenta com molho a bolonhesa	Sopa de feijão com macarrão	Macarrão a bolonhesa
	Suco	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

	Composição	Segunda-feira (30/07)	Terça-feira (31/07)
Almoço	Prato base Prato principal Guarnição Salada Sobremesa Bebida	Arroz/Feijão Bife de panela Batata e cenoura cozidas Salada Fruta Suco natural	Arroz/Feijão Cubinhos de frango Farofinha enriquecida Salada Fruta Suco natural
Lanche	Pão Bebida Fruta	Pão francês com geleia, margarina e requeijão Suco natural Fruta	Biscoito doce e salgado sem recheio Suco natural Fruta
Jantar	Prato base Suco Sobremesa	Risoto de frango Suco natural Fruta	Polenta ao molho com carne moída Suco natural Fruta

**Observações:**

Cardápio sujeito à alterações

Frutas, verduras e legumes são disponibilizados conforme safra

Nutricionista Ligia Parreira CRN3 17804

## CARDÁPIO DE JUNHO - BABY

	Composição	Segunda-feira (02/07)	Terça-feira (03/07)	Quarta-feira (04/07)	Quinta-feira (05/07)	Sexta-feira (06/07)
Lanche	Suco	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Papa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Papa principal	Papa de legumes com frango e arroz	Papa de legumes com carne e arroz	Papa de legumes com carne e arroz	Papa de legumes com frango e arroz	Papa de legumes com carne e batata
	Sobremesa	Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta
Jantar	Papa principal	Papa de legumes com carne e inhame	Papa de legumes com frango e batata	Papa de legumes com frango e mandioquinha	Papa de legumes com carne e macarrão	Papa de legumes com frango e batata
	Sobremesa	Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta

	Composição	Segunda-feira (09/07)	Terça-feira (10/07)	Quarta-feira (11/07)	Quinta-feira (12/07)	Sexta-feira (13/07)
Lanche	Suco	Feriado	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Papa		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Papa principal		Papa de legumes com carne e arroz	Papa de legumes com frango e arroz	Papa de legumes com carne e arroz	Papa de legumes com frango e arroz
	Sobremesa		Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta
Jantar	Papa principal		Papa de legumes com frango e batata	Papa de legumes com carne e inhame	Papa de legumes com frango e macarrão	Papa de legumes com carne e batata
	Sobremesa		Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta

	Composição	Segunda-feira (16/07)	Terça-feira (17/07)	Quarta-feira (18/07)	Quinta-feira (19/07)	Sexta-feira (20/07)
Lanche	Suco	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Papa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Papa principal	Papa de legumes com carne e arroz	Papa de legumes com frango e arroz	Papa de legumes com carne e arroz	Papa de legumes com frango e arroz	Papa de legumes com carne e arroz
	Sobremesa	Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta
Jantar	Papa principal	Papa de legumes com frango e batata	Sopa de legumes carne e macarrão	Papa de legumes com frango e cará	Papa de legumes com carne e cará	Papa de legumes com frango e arroz
	Sobremesa	Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta

	Composição	Segunda-feira (23/07)	Terça-feira (24/07)	Quarta-feira (25/07)	Quinta-feira (26/07)	Sexta-feira (27/07)
Lanche	Suco Papa	Fruta Fruta	Fruta Fruta	Fruta Fruta	Fruta Fruta	Fruta Fruta
Almoço	Papa principal Sobremesa	Papa de legumes com carne e arroz Creme de fruta	Papa de legumes com carne e arroz Creme de fruta	Papa de legumes com frango e arroz Creme de fruta	Papa de legumes com frango e arroz Creme de fruta	Papa de legumes com carne e arroz Creme de fruta
Jantar	Papa principal Sobremesa	Papa de legumes com frango e mandioquinha Creme de fruta	Papa de legumes com frango e macarrão Creme de fruta	Papa de legumes com carne e cará Creme de fruta	Papa de legumes com carne e macarrão Creme de fruta	Papa de legumes com frango e batata Creme de fruta

	Composição	Segunda-feira (30/07)	Terça-feira (31/07)
Lanche	Suco Papa	Fruta Fruta	Fruta Fruta
Almoço	Papa principal Sobremesa	Papa de legumes com frango e arroz Creme de fruta	Papa de legumes com carne e arroz Creme de fruta
Jantar	Papa principal Sobremesa	Papa de legumes com carne e inhame Creme de fruta	Papa de legumes com frango e batata Creme de fruta

#### Observações:

Cardápio sujeito à alterações

Frutas, verduras e legumes são disponibilizados conforme safra

Papa principal do almoço e do jantar segue receita da D<sup>a</sup> Vera (Temperos: azeite, alho, cebola, cheiro verde e sal/ Modo de preparo).

A composição atende as recomendações do Guia alimentar para crianças menores de 2 anos (Ministério da Saúde, 2012) e Manual de Orientação do Departamento de Nutrologia (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2012)

Nutricionista Ligia Parreira CRN3 17804