

CARDÁPIO DE AGOSTO - KIDS

Composição		Quarta-feira (01/08)	Quinta-feira (02/08)	Sexta-feira (03/08)
Almoço	Prato base	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
	Prato principal	Tirinhas de carne	Filé de frango grelhado	Almôndega ao sugo
	Guarnição	Couve refogada	Milho cozido com salsinha	Acelga refogada
	Salada	Salada	Salada	Salada
	Sobremesa	Fruta	Fruta	Gelatina
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural
Lanche	Pão	Bisnaguinha com geleia, margarina e requeijão	Bolo caseiro	Mistinho frio com alface e tomate
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Prato base	Sopa de legumes com frango picadinho	Polenta com molho à bolonhesa	Sopa de feijão com macarrão
	Suco	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Composição		Segunda-feira (06/08)	Terça-feira (07/08)	Quarta-feira (08/08)	Quinta-feira (09/08)	Sexta-feira (10/08)
Almoço	Prato base	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
	Prato principal	Carne moída com cenoura em cubinhos	Sobrecoxa desossada assada	Feijoadina	Frango xadrez	Tirinhas de carne
	Guarnição	Abobrinha cozida	Batata corada assada	Virado de couve	Legumes cozidos	Repolho refogado com salsinha
	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada
	Sobremesa	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	Maria mole
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
Lanche	Pão	Pão francês com geleia, requeijão e margarina	Biscoito doce e salgado sem recheio	Mini pizza de queijo	Bolo caseiro	Pipoca
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Sopa	Risoto de legumes com frango desfiado	Sopa de legumes com carne	Macarrão a bolonhesa	Caldo verde	Polenta com molho ao sugo
	Suco	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural

	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Composição	Segunda-feira (13/08)	Terça-feira (14/08)	Quarta-feira (15/08)	Quinta-feira (16/08)	Sexta-feira (17/08)
Almoço	Prato base	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
	Prato principal	Estrogonofe de carne	Filé de frango grelhado	Filé de peixe assado	Iscas de frango	Hamburguinho a pizzaiolo
	Guarnição	Batata palha	Chuchu refogado com salsinha	Creme de milho	Jardineira de legumes cozidos (batata, cenoura, vagem)	Couve refogada
	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada
	Sobremesa	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	Manjar de coco
Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	
	Pão	Pão francês com queijo	Cereal matinal com e sem leite	Bisnaguinha com geleia, requeijão e margarina	Bolo caseiro	Pão de queijo
	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 (20/08)	Terça-feira (21/08)	Quarta-feira (22/08)	Quinta-feira (23/08)	Sexta-feira (24/08)
Almoço	Prato base	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz	Arroz/Feijão
	Prato principal	Carne moída refogada	Omelete de forno	Frango em cubinhos	Feijoadinha	Bife a rolê
	Guarnição	Batata cozida	Purê de abóbora	Macarrão com molho de tomate e carne moída	Virado de couve	Farofinha colorida
	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada
	Sobremesa	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	Manjar de chocolate
Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	
Lanche	Pão	Pão francês com geleia, requeijão e margarina	Lanchinho natural	Biscoito doce e salgado sem recheio	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	Macarrão a bolonhesa	Sopa de feijão com macarrão	Panqueca de carne	Canja de galinha
	Suco	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

	Composição	Segunda-feira (27/08)	Terça-feira (28/08)	Quarta-feira (29/08)	Quinta-feira (30/08)	Sexta-feira (31/08)
Almoço	Prato base	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
	Prato principal	Carne em cubinhos	Filé de frango grelhado	Tirinhas de carne	Coxinha de frango assada	Tirinhas de carne
	Guarnição	Batata e cenoura cozida	Creme de milho	Couve refogada	Batata assada com salsinha	Purê misto (batata e mandioquinha)
	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 presunto e queijo	Cereal matinal com e sem leite	Bisnaguinha com geleia, margarina e requeijão	Lanchinho natural	Biscoito doce e salgado sem recheio
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Prato base	Macarrão ao sugo com frango desfiado	Risoto de legumes com carne	Caldo verde	Polenta com molho a bolonhesa	Sopa de legumes com frango e macarrão
	Suco	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Observações:

Cardápio sujeito à alterações

Frutas, verduras e legumes são disponibilizados conforme safra

Nutricionista Ligia Parreira CRN3 17804

CARDÁPIO DE AGOSTO - KIDS

	Composição		Quarta-feira (01/08)	Quinta-feira (02/08)	Sexta-feira (03/08)
Almoço	Prato base		Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
	Prato principal		Tirinhas de carne	Filé de frango grelhado	Almôndega ao sugo
	Guarnição		Couve refogada	Milho cozido com salsinha	Acelga refogada
Lanche	Salada		Agrião e tomate picadinho	Alface em tirinhas e brócolis cozido	Alface e beterraba em cubinhos
	Sobremesa		Fruta	Fruta	Gelatina
	Bebida		Suco natural	Suco natural	Suco natural
Jantar	Pão		Bisnaguinha com geleia, margarina e requeijão	Bolo caseiro	Mistinho frio com alface e tomate
	Bebida		Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta		Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Prato base		Sopa de legumes com frango picadinho	Polenta com molho à bolonesa	Sopa de feijão com macarrão
	Suco		Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta		Fruta	Fruta	Fruta

	Composição	Segunda-feira (06/08)	Terça-feira (07/08)	Quarta-feira (08/08)	Quinta-feira (09/08)	Sexta-feira (10/08)
Almoço	Prato base	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
	Prato principal	Carne moída com cenoura em cubinhos	Sobrecoxa desossada assada	Feijoadina	Frango xadrez	Tirinhas de carne
	Guarnição	Abobrinha cozida	Batata corada assada	Virado de couve	Legumes cozidos	Repolho refogado com salsinha
Lanche	Salada	Repolho picadinho com beterraba ralada	Acelga com tomate	Vinagrete	Mix de folhas	Alface e vagem cozida
	Sobremesa	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	Maria mole
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
Jantar	Pão	Pão francês com geleia, requeijão e margarina	Biscoito doce e salgado sem recheio	Mini pizza de queijo	Bolo caseiro	Pipoca
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Sopa	Risoto de legumes com frango desfiado	Sopa de legumes com carne	Macarrão a bolonesa	Caldo verde	Polenta com molho ao sugo
	Suco	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

	Composição	Segunda-feira (13/08)	Terça-feira (14/08)	Quarta-feira (15/08)	Quinta-feira (16/08)	Sexta-feira (17/08)
Almoço	Prato base	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
	Prato principal	Estrogonofe de carne	Filé de frango grelhado	Filé de peixe assado	Iscas de frango	Hamburguinho a pizzaiolo
	Guarnição	Batata palha	Chuchu refogado com salsinha	Creme de milho	Jardineira de legumes cozidos (batata, cenoura, vagem)	Couve refogada
	Salada	Acelga em tirinhas com tomate em cubinhos	Alface e beterraba cozida em cubinhos	Mix de folhas	Alface e tomate em cubinhos	Alface e cenoura cozida em rodelinhas
	Sobremesa	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	Manjar de coco
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Pão	Pão francês com queijo	Cereal matinal com e sem leite	Bisnaguinha com geleia, requeijão e margarina	Bolo caseiro	Pão de queijo
	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 (20/08)	Terça-feira (21/08)	Quarta-feira (22/08)	Quinta-feira (23/08)	Sexta-feira (24/08)
Almoço	Prato base	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz	Arroz/Feijão
	Prato principal	Carne moída refogada	Omelete de forno	Frango em cubinhos	Feijoadinha	Bife a rolê
	Guarnição	Batata cozida	Purê de abóbora	Macarrão com molho de tomate e carne moída	Virado de couve	Farofinha colorida
	Salada	Cenoura e beterraba ralada	Repolho em tirinhas com tomate em cubinhos	Alface e beterraba em cubinhos	Vinagrete	Brócolis e couve-flor cozidos
	Sobremesa	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	Manjar de chocolate
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
Lanche	Pão	Pão francês com geleia, requeijão e margarina	Lanchinho natural	Biscoito doce e salgado sem recheio	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	Macarrão a bolonhesa	Sopa de feijão com macarrão	Panqueca de carne	Canja de galinha
	Suco	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

	Composição	Segunda-feira (27/08)	Terça-feira (28/08)	Quarta-feira (29/08)	Quinta-feira (30/08)	Sexta-feira (31/08)
Almoço	Prato base	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
	Prato principal	Carne em cubinhos	Filé de frango grelhado	Tirinhas de carne	Coxinha de frango assada	Tirinhas de carne
	Guarnição	Batata e cenoura cozida	Creme de milho	Couve refogada	Batata assada com salsinha	Purê misto (batata e mandioquinha)
	Salada	Beterraba cozida em cubinhos	Cenoura e beterraba ralada	Agrião e tomate picadinho	Repolho picadinho com cenoura ralada	Alface e pepino
	Sobremesa	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	Arroz doce
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
Lanche	Pão	Pão francês com presunto e queijo	Cereal matinal com e sem leite	Bisnaguinha com geleia, margarina e requeijão	Lanchinho natural	Biscoito doce e salgado sem recheio
	Bebida	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Prato base	Macarrão ao sugo com frango desfiado	Risoto de legumes com carne	Caldo verde	Polenta com molho a bolonhesa	Sopa de legumes com frango e macarrão
	Suco	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Observações:

Cardápio sujeito à alterações

Frutas, verduras e legumes são disponibilizados conforme safra

Nutricionista Ligia Parreira CRN3 17804

CARDÁPIO DE AGOSTO - BABY

Composição		Quarta-feira (01/08)	Quinta-feira (02/08)	Sexta-feira (03/08)
Lanche	Suco	Fruta	Fruta	Fruta
	Papa	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Papa principal	Papa de legumes com carne e batata	Papa de legumes com frango e macarrão	Papa de legumes com carne e arroz
	Sobremesa	Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta
Jantar	Papa principal	Papa de legumes com frango e arroz	Papa de legumes com carne e mandioquinha	Papa de legumes com frango e batata
	Sobremesa	Creme de fruta	Creme de fruta	Creme de fruta

Composição		Segunda-feira (06/08)	Terça-feira (07/08)	Quarta-feira (08/08)	Quinta-feira (09/08)	Sexta-feira (10/08)
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 macarrão	Papa de legumes com carne e batata	Papa de legumes com frango e macarrão	Papa de legumes com carne e mandioquinha
	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	Papa de legumes com carne e batata	Papa de legumes com frango e arroz	Papa de legumes com carne e mandioquinha	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 (13/08)	Terça-feira (14/08)	Quarta-feira (15/08)	Quinta-feira (16/08)	Sexta-feira (17/08)
Lanche	Suco	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Papa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Papa principal	Papa de legumes com carne e mandioquinha	Papa de legumes com frango e macarrão	Papa de legumes com carne e batata	Papa de legumes com frango e macarrão	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 arroz	Papa de legumes com carne e batata	Papa de legumes com frango e arroz	Papa de legumes com carne e mandioquinha	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 (20/08)	Terça-feira (21/08)	Quarta-feira (22/08)	Quinta-feira (23/08)	Sexta-feira (24/08)
Lanche	Suco Papa	Fruta Fruta	Fruta Fruta	Fruta Fruta	Fruta Fruta	Fruta Fruta
Almoço	Papa principal Sobremesa	Papa de legumes com arne e arroz Creme de fruta	Papa de legumes com frango e macarrão Creme de fruta	Papa de legumes com carne e batata Creme de fruta	Papa de legumes com frango e macarrão Creme de fruta	Papa de legumes com carne e mandioquinha Creme de fruta
Jantar	Papa principal Sobremesa	Papa de legumes com frango e batata Creme de fruta	Papa de legumes com carne e batata Creme de fruta	Papa de legumes com frango e arroz Creme de fruta	Papa de legumes com carne e mandioquinha Creme de fruta	Papa de legumes com frango e arroz Creme de fruta

	Composição	Segunda-feira (27/08)	Terça-feira (28/08)	Quarta-feira (29/08)	Quinta-feira (30/08)	Sexta-feira (31/08)
Lanche	Suco Papa	Fruta Fruta	Fruta Fruta	Fruta Fruta	Fruta Fruta	Fruta Fruta
Almoço	Papa principal Sobremesa	Papa de legumes com frango e arroz Creme de fruta	Papa de legumes com arne e arroz Creme de fruta	Papa de legumes com frango e macarrão Creme de fruta	Papa de legumes com carne e batata Creme de fruta	Papa de legumes com frango e macarrão Creme de fruta
Jantar	Papa principal Sobremesa	Papa de legumes com carne e mandioquinha Creme de fruta	Papa de legumes com frango e batata Creme de fruta	Papa de legumes com carne e batata Creme de fruta	Papa de legumes com frango e arroz Creme de fruta	Papa de legumes com carne e mandioquinha 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^a 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