

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO PROGRAMADA

1ª Semana (2º Semestre) / 2024 - **Infantil 3 ao Fundamental II**



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE (MANHÃ)	Espetinho de uva Pão de queijo Suco de maracujá com laranja	Goiaba Bolo caseiro de cacau Suco de acerola	Banana Pizzazinha da Nutri (massa caseira) Suco de uva	Picolé de melancia Pãozinho de leite com requeijão Suco de cajá	Self-service de frutas variadas Esfirra caseira Recheio: queijo / carne Suco de tangerina
ALMOÇO	Bife de panela / Tulipa de frango ao molho Feijão preto enriquecido Arroz com ovos mexidos / Arroz branco Espaguete ao alho e óleo Salada crua e cozida Suco: maracujá / goiaba Sobremesa: uva / maçã	Filé de frango na chapa / Iscas de carne ao molho madeira Feijão tropeiro / Caldo de feijão Arroz branco Purê de batata com cenoura Salada crua e cozida Suco: acerola / tangerina Sobremesa: banana/ goiaba	Carne moída com ovo de codorna (à parte) / Filé de frango no <i>char broiler</i> Feijão preto Arroz misto (branco e integral) Espaguete ao alho e óleo Salada crua e cozida Suco: uva / manga Sobremesa: banana / laranja	Suíno trinchado ao molho / Tulipa de frango suculento na chapa Feijão carioca Arroz branco Batata palito Salada crua e cozida Suco: cajá / acerola Sobremesa: melancia / maçã	Feijoada com linguiça / Peixe crocante Arroz refogado com couve-manteiga / Arroz branco Farofa enriquecida com cenoura Salada crua e cozida Suco: cajá / tangerina Sobremesa: Frutas variadas / Sorvete
LANCHE (TARDE)	Maçã Tapioquinha amanteigada Suco de goiaba	Banana Queijo quente Suco de tangerina	Rodelinhas de laranja Minicarioquinha com ovo mexido Suco de manga	Maçã Cookies com gotas de chocolate Suco de acerola com maracujá	Festival de Frutas Pizzazinha da Nutri (massa caseira) Suco de cajá

Observações:

- ✓ Vale destacar que nós trabalhamos com alimentos frescos e adquiridos com criteriosa seleção. Neste sentido, o cardápio está sujeito a alterações conforme a disponibilidade do mercado.
- ✓ Para as crianças que não aceitarem o suco de fruta que é oferecido no lanche, teremos, como segunda opção, o leite levemente achocolatado e vice-versa.
- ✓ As crianças são incentivadas diariamente a aceitar o lanche programado (suco, fruta e carboidrato). Caso não o aceite, a segunda opção de lanche é o biscoito doce OU salgado.

Nutricionista Responsável: **Camila Moura (CRN/11 - 4624)**



CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO PROGRAMADA

2ª Semana (2º Semestre) / 2024 - **Infantil 3 ao Fundamental II**



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE (MANHÃ)	Pedacinhos de mamão com granola e mel Pipoca OU tapioca com requeijão Suco de maracujá	Espetinho de uva Sanduíche de queijo coalho crocante Suco de goiaba	Rodelinhas de laranja Minibolinho caseiro mesclado (cacau e baunilha) Suco de uva	Maçã Pão de queijo Suco de maracujá	Colorê de frutas variadas Minipãozinho marguerita Suco de tangerina
ALMOÇO	Bife à <i>parmegiana</i> / Filé de frango na chapa Espaguete refogado com brócolis Arroz branco Feijão preto com batata doce Salada crua e cozida Suco: maracujá / laranja Sobremesa: mamão / banana	<i>Stroganoff</i> de frango / Batata palha Carne de sol desfiada Feijão preto Farofa de cuscuz temperadinha com linguiça Arroz branco Salada crua e cozida Suco: maracujá / Goiaba Sobremesa: uva / maçã	Panqueca à bolonhesa / Iscas de frango na chapa Feijão carioca com abóbora Arroz branco Batata palito Salada crua e cozida Suco: uva / cajá Sobremesa: laranja / manga	Bife suculento na chapa / Tulipa de frango ao molho Baião de dois com cubinhos de queijo coalho Arroz branco / Caldo de feijão Farofa Nutritiva Salada crua e cozida Suco: maracujá / uva Sobremesa: maçã / tangerina	Isclas de frango à milanesa / Peixe grelhado com legumes Feijão preto Arroz branco Torta de queijo Salada crua e cozida Suco: tangerina / maracujá Sobremesa: banana / melancia / doce de leite
LANCHE (TARDE)	Banana Pizzazinha da Nutri (massa caseira) Suco de laranja	Maçã Bolo caseiro de cacau Suco de maracujá	Cubinhos de manga Minicarioquinha com ovo mexido Suco de cajá	Gominhos de tangerina Torrinhas com requeijão Suco de uva	Melancia Enroladinho misto Suco de maracujá

Observações:

- ✓ Vale destacar que nós trabalhamos com alimentos frescos e adquiridos com criteriosa seleção. Neste sentido, o cardápio está sujeito a alterações conforme a disponibilidade do mercado.
- ✓ Para as crianças que não aceitarem o suco de fruta que é oferecido no lanche, teremos, como segunda opção, o leite levemente achocolatado e vice-versa.
- ✓ As crianças são incentivadas diariamente a aceitar o lanche programado (suco, fruta e carboidrato). Caso não o aceite, a segunda opção de lanche é o biscoito doce OU salgado.

Nutricionista Responsável: **Camila Moura (CRN/11 - 4624)**



CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO PROGRAMADA

3ª Semana (2º Semestre) / 2024 - Infantil 3 ao Fundamental II



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE (MANHÃ)	Maçã Pão de queijo Suco de uva	Cubinhos de laranja Bolo caseiro de cacau Suco de tangerina	Banana Torradinha manteigada com requeijão Suco de manga	Manga Cookies com gotas de chocolate (caseiro) Suco de acerola com maracujá	Abacaxi Bisnaguinha com patê de frango e batata palha (galo quente) Suco de cajá
ALMOÇO	Carne moída à brasileira (com milho e azeitona) / Tulipa assada Feijão preto Arroz branco Espaguete ao alho e óleo Tortinha de frango Salada crua e cozida Suco: uva / goiaba Sobremesa: uva / maçã	Strogonoff de carne com batata palha / Filé de frango na chapa suculento Feijão Carioca com abóbora Arroz branco Salada crua e cozida Suco: tangerina / limão Sobremesa: tangerina / laranja	Guisadinho de carne com legumes / Filé de frango na chapa Feijão preto Arroz branco Purê de batata Salada crua e cozida Suco: tangerina / manga Sobremesa: banana / mamão	Frango ao molho de requeijão / Bife suculento na chapa Feijão carioca Arroz do Hulk (espinafre) Batata palito Salada crua e cozida Suco: maracujá / acerola Sobremesa: Picolé de melancia / Cubinhos de manga	Peixe crocante / Filé de frango no char broiler Arroz com cebolinha / Farofa refogada com beterraba Feijão preto Salada crua e cozida Suco: cajá / acerola Sobremesa: laranja / abacaxi / brigadeiro
LANCHE (TARDE)	Espetinho de uva Queijo quente Suco de goiaba	Gominhos de tangerina Pipoca OU cuscuz com chia e ovo mexido Suco de uva	Pedacinhos de mamão Pão de queijo Suco de tangerina	Picolé de melancia Pizzazinha da Nutri (massa caseira) Suco de acerola	Gominhos de laranja Bolo caseiro de cenoura com calda de cacau Suco de acerola

Observações:

- ✓ Vale destacar que nós trabalhamos com alimentos frescos e adquiridos com criteriosa seleção. Neste sentido, o cardápio está sujeito a alterações conforme a disponibilidade do mercado.
- ✓ Para as crianças que não aceitarem o suco de fruta que é oferecido no lanche, teremos, como segunda opção, o leite levemente achocolatado e vice-versa.
- ✓ As crianças são incentivadas diariamente a aceitar o lanche programado (suco, fruta e carboidrato). Caso não o aceite, a segunda opção de lanche é o biscoito doce OU salgado.

Nutricionista Responsável: **Camila Moura (CRN/11 - 4624)**



CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO PROGRAMADA

4ª Semana (2º Semestre) / 2024 - Infantil 3 ao Fundamental II



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE (MANHÃ)	Banana Pipoca OU cuscuz amanteigado com ovo mexido Suco de uva	Maçã Esfirra caseira Recheio: carne/queijo Suco de maracujá	Cubinhos de manga Bisnaguinha com creme de queijo Suco de cajá	Gominhos de tangerina Mini Cupcake de laranja logurte de morango	Picolé de melancia Pãozinho de batata recheado com frango Suco de cajá
ALMOÇO	Tulipa de frango ao molho / Carne no char broiler Baião de dois com cubinhos de queijo coalho / Caldo de feijão Arroz branco Farofa enriquecida Salada crua e cozida Suco: uva / graviola Sobremesa: abacaxi / banana	Isca de carne suculenta na chapa / Suino trinchado temperadinho Feijão Carioca Arroz branco Purê de batata Salada crua e cozida Suco: maracujá / goiaba Sobremesa: uva / maçã	Stroganoff de carne / Batata palha Isclas de frango com legumes refogados Feijão preto Arroz integral / Arroz branco Salada crua e cozida Suco: uva / cajá Sobremesa: laranja / manga	Panqueca de frango ao molho branco / Carne trinchada na chapa Feijão Carioca Arroz biru biru / Arroz branco Batata palito Salada crua e cozida Suco: maracujá / acerola Sobremesa: mamão / tangerina	Filé de frango grelhado com brócolis / Isclas de peixe à milanesa Feijão preto / Arroz branco Farofa enriquecida com beterraba Salada crua e cozida Suco: tangerina / cajá Sobremesa: banana / melancia / sorvete
LANCHE (TARDE)	Abacaxi Tapioquinha com requeijão logurte de morango / Suco de graviola	Uva Pão de queijo Suco de goiaba	Rodelinhas de laranja Torradinhas amanteigadas com creme de queijo Suco de uva	Mamão Croissant com queijo / frango Suco de maracujá	Banana Bolo caseiro de cenoura com calda de chocolate Suco de tangerina

Observações:

- ✓ Vale destacar que nós trabalhamos com alimentos frescos e adquiridos com criteriosa seleção. Neste sentido, o cardápio está sujeito a alterações conforme a disponibilidade do mercado.
- ✓ Para as crianças que não aceitarem o suco de fruta que é oferecido no lanche, teremos, como segunda opção, o leite levemente achocolatado e vice-versa.
- ✓ As crianças são incentivadas diariamente a aceitar o lanche programado (suco, fruta e carboidrato). Caso não o aceite, a segunda opção de lanche é o biscoito doce OU salgado.

Nutricionista Responsável: **Camila Moura (CRN/11 - 4624)**

