

Nutricionista Responsável: Marcella Guimarães CRN-3 33236

DATAS	REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
02 À 06	FRUTA DA MANHÃ (BERÇÁRIO 06 A 12 MESES)	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO
	ALMOÇO/ JANTAR (ED.INFANTIL/ ENSINO FUND I)	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA OVOS MEXIDOS C/ ESPINAFRE BETERRABA COZIDA SALADA DE TOMATE PICADINHO ÁGUA MINERAL/SUCO DE FRUTA(S/ AÇÚCAR)	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA STROGONOFF DE FRANGO C/ (INHAME E TOMATE) BATATA ASSADA SALADA DE REPOLHO C/ CENOURA RALADINHA ÁGUA MINERAL/SUCO DE FRUTA(S/ AÇÚCAR)	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE MOIDA C/ ABÓBORA SALADA DE COUVE REFOGADA ÁGUA MINERAL/SUCO DE FRUTA(S/ AÇÚCAR)	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA FRANGO EM CUBOS REFOGADO PURÊ DE MANDIOQUINHA SALADA DE BRÓCOLIS ÁGUA MINERAL/SUCO DE FRUTA(S/ AÇÚCAR)	MACARRÃO AO MOLHO BOLONHESA VAGEM REFOGADA SALADA DE ACELGA C/ TOMATE PICADINHO GELATINA ÁGUA MINERAL/SUCO DE FRUTA(S/ AÇÚCAR)
	ALMOÇO/ JANTAR (BERÇÁRIO 06 A 12 MESES)	MANDIOCA, CALDO DE FEIJÃO, OVO, BETERRABA E ESPINAFRE	BATATA, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO DESFIADO, CENOURA E REPOLHO	INHAME, CALDO DE FEIJÃO, CARNE DESFIADA, ABÓBORA E COUVE	MANDIOQUINHA, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO DESFIADO, BETERRABA E BRÓCOLIS	SOPINHA DE MACARRÃO COM CARNE DESFIADA, FEIJÃO, VAGEM, CENOURA E ACELGA
	FRUTA DA TARDE (BERÇÁRIO 06 A 12 MESES)	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO

Cardápio balanceado e equilibrado nutricionalmente.

IMPORTANTE: VARIAMOS TODOS OS GRUPOS ALIMENTARES, COM A MAIOR VARIEDADE DE ALIMENTOS POSSÍVEL, VISANDO ADEQUADA FORMAÇÃO DE PALADAR.

TODOS OS ALIMENTOS SÃO PREPARADOS SEM SAL E MEL PARA BEBÊS DE ATÉ 12 MESES, SEM NENHUM TIPO DE AÇÚCAR ATÉ 24 MESES.

TEMPEROS UTILIZADOS: AZEITE EXTRA-VIRGEM, MANTEIGA, ERVAS FRESCAS E DESIDRATADAS, "SAL DE ERVAS BABY" CASEIRO (BEBÊS ATÉ 12 MESES) E "SAL DE ERVAS" (A PARTIR DE 01 ANO)

FRUTAS DA ESTAÇÃO: AMEIXA; ABACATE; BANANA; CAQUI; GOIABA; KIWI; LARANJA; MANGA; MAMÃO; MELANCIA; MELÃO; MEXERICA; MAÇÃ; PÊRA; PÊSSEGO; UVA. **AS FRUTAS DEVERÃO SER ENVIADAS PREVIAMENTE**

HIGIENIZADAS PELO PAIS. CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO DE ACORDO COM: SAFRA, ORIENTAÇÃO MÉDICA, ALERGIA OU INTOLERÂNCIA. CRIANÇAS COM ALERGIAS E/OU INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES TERÃO ALIMENTAÇÃO DIFERENCIADA DE ACORDO COM A NECESSIDADE.

OS ALIMENTOS NÃO ENCONTRADOS OU QUANDO HOUVER ALGUMA REJEIÇÃO PELOS ALUNOS, PODERÁ SER SUBSTITUÍDO POR OUTRO COM O MESMO COMPONENTE NUTRITIVO.

BERÇÁRIO: A INTRODUÇÃO ALIMENTAR É REALIZADA RESPEITANDO A LIBERAÇÃO DOS ALIMENTOS, FEITA PELO PEDIATRA DE CADA CRIANÇA - OS ALIMENTOS DEVEM SER OFERECIDOS EM CASA, ANTES DA OFERTA PELA ESCOLA. OFERECER ALIMENTOS SEPARADAMENTE, NÃO MISTURAR. AMASSAR COM O GARFO E AS FOLHAS (EX: COUVE, ACELGA, ESPINAFRE, RÚCULA, ETC.) OFERECER REFOGADAS E BEM PICADINHA. PEIXES E OVOS SERÃO OFERECIDOS CONFORME ORIENTAÇÃO MÉDICA E/OU SOLICITAÇÃO DOS PAIS.



Marcella de Castro P. Guimarães
Nutricionista
CRN 33236

DATAS	REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
09 À 13	FRUTA DA MANHÃ (BERÇÁRIO 06 A 12 MESES)	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO
	ALMOÇO/ JANTAR (ED.INFANTIL/ ENSINO FUND I)	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA OMELETE C/ QUEIJO ABÓBORA TEMPERADA SALADA DE ACELGA ÁGUA MINERAL/SUCO DE FRUTA(S/ AÇÚCAR)	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA ISCA DE FRANGO GRELHADA CREME DE ESPINAFRE SALADA DE ALFACE C/ BETERRABA RALADINHA ÁGUA MINERAL/SUCO DE FRUTA(S/ AÇÚCAR)	ARROZ BRANCO “FEIJOADINHA” COM CARNE DESFIADA FAROFA NUTRITIVA (COUVE E CENOURA) SALADA VINAGRETINHO (PEPINO E TOMATE PICADINHO) ÁGUA MINERAL/SUCO DE FRUTA(S/ AÇÚCAR)	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA FRANGO EM CUBOS C/ CHUCHU E CENOURA SALADA DE REPOLHO COLORIDO ÁGUA MINERAL/SUCO DE FRUTA(S/ AÇÚCAR)	MACARRÃO AO MOLHO ENRIQUECIDO DE LEGUMES (BETERRABA E ABÓBORA) CARNE MOIDA REFOGADA SALADA DE BRÓCOLIS GELATINA ÁGUA MINERAL/SUCO DE FRUTA(S/ AÇÚCAR)
	ALMOÇO/ JANTAR (BERÇÁRIO 06 A 12 MESES)	MANDIOCA, CALDO DE FEIJÃO, OVO, ABÓBORA E ACELGA	BATATA DOCE, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO DESFIADO, BETERRABA E ESPINAFRE	MANDIOQUINHA, CALDO DE FEIJÃO PRETO, CARNE DESFIADA, CENOURA E COUVE	BATATA, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO DESFIADO, CHUCHU, CENOURA E REPOLHO	SOPINHA DE MACARRÃO COM CARNE DESFIADA, FEIJÃO, BETERRABA, ABÓBORA E BRÓCOLIS
	FRUTA DA TARDE (BERÇÁRIO 06 A 12 MESES)	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO

Cardápio balanceado e equilibrado nutricionalmente.

IMPORTANTE: VARIAMOS TODOS OS GRUPOS ALIMENTARES, COM A MAIOR VARIEDADE DE ALIMENTOS POSSÍVEL, VISANDO ADEQUADA FORMAÇÃO DE PALADAR.

TODOS OS ALIMENTOS SÃO PREPARADOS SEM SAL E MEL PARA BEBÊS DE ATÉ 12 MESES, SEM NENHUM TIPO DE AÇÚCAR ATÉ 24 MESES.

TEMPEROS UTILIZADOS: AZEITE EXTRA-VIRGEM, MANTEIGA, ERVAS FRESCAS E DESIDRATADAS, "SAL DE ERVAS BABY" CASEIRO (BEBÊS ATÉ 12 MESES) E "SAL DE ERVAS" (A PARTIR DE 01 ANO)

FRUTAS DA ESTAÇÃO: AMEIXA; ABACATE; BANANA; CAQUI; GOIABA; KIWI; LARANJA; MANGA; MAMÃO; MELANCIA; MELÃO; MEXERICA; MAÇÃ; PÊRA; PÊSSEGO; UVA. **AS FRUTAS DEVERÃO SER ENVIADAS PREVIAMENTE**

HIGIENIZADAS PELO PAIS. CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO DE ACORDO COM: SAFRA, ORIENTAÇÃO MÉDICA, ALERGIA OU INTOLERÂNCIA. CRIANÇAS COM ALERGIAS E/OU INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES TERÃO ALIMENTAÇÃO DIFERENCIADA DE ACORDO COM A NECESSIDADE. **OS ALIMENTOS NÃO ENCONTRADOS OU QUANDO HOUVER ALGUMA REJEIÇÃO PELOS ALUNOS, PODERÁ SER SUBSTITUÍDO POR OUTRO COM O MESMO COMPONENTE NUTRITIVO.**

BERÇÁRIO: A INTRODUÇÃO ALIMENTAR É REALIZADA RESPEITANDO A LIBERAÇÃO DOS ALIMENTOS, FEITA PELO PEDIATRA DE CADA CRIANÇA - OS ALIMENTOS DEVEM SER OFERECIDOS EM CASA, ANTES DA OFERTA PELA ESCOLA. OFERECER ALIMENTOS SEPARADAMENTE, NÃO MISTURAR. AMASSAR COM O GARFO E AS FOLHAS (EX: COUVE, ACELGA, ESPINAFRE, RÚCULA, ETC.) OFERECER REFOGADAS E BEM PICADINHA.

PEIXES E OVOS SERÃO OFERECIDOS CONFORME ORIENTAÇÃO MÉDICA E/OU SOLICITAÇÃO DOS PAIS.

Nutricionista Responsável: Marcella Guimarães CRN-3 33236

DATAS	REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
16 À 20	FRUTA DA MANHÃ (BERÇÁRIO 06 A 12 MESES)	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	ESCOLA FECHADA
	ALMOÇO/ JANTAR (ED.INFANTIL/ ENSINO FUND I)	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA OVOS MEXIDOS C/ VAGEM E CENOURA SALADA DE ALFACE ÁGUA MINERAL/SUCO DE FRUTA(S/ AÇÚCAR)	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA ESCONDIDINHO DE CARNE C/ PURÊ DE BATATA SALADA DE REPOLHO C/ BETERRABA RALADINHA ÁGUA MINERAL/SUCO DE FRUTA(S/ AÇÚCAR)	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA FRANGO EM CUBOS ACEBOLADO ABÓBORA COZIDA SALADA DE COUVE REFOGADA ÁGUA MINERAL/SUCO DE FRUTA(S/ AÇÚCAR)	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE DE PANELA C/ LEGUMES SALADA COUVE-FLORES TEMPERADA ÁGUA MINERAL/SUCO DE FRUTA(S/ AÇÚCAR)	ESCOLA FECHADA
	ALMOÇO/ JANTAR (BERÇÁRIO 06 A 12 MESES)	MANDIOCA, CALDO DE FEIJÃO, OVO, VAGEM,CENOURA E ESCAROLA	BATATA, CALDO DE FEIJÃO, CARNE DESFIADA , BETERRABA E REPOLHO	INHAME, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO DESFIADO, ABÓBORA E COUVE	MANDIOQUINHA, CALDO DE FEIJÃO, CARNE DESFIADA, LEGUMES E COUVE-FLORES	ESCOLA FECHADA
	FRUTA DA TARDE (BERÇÁRIO 06 A 12 MESES)	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	FRUTA DA ESTAÇÃO	ESCOLA FECHADA

Cardápio balanceado e equilibrado nutricionalmente.

IMPORTANTE: VARIAMOS TODOS OS GRUPOS ALIMENTARES, COM A MAIOR VARIEDADE DE ALIMENTOS POSSÍVEL, VISANDO ADEQUADA FORMAÇÃO DE PALADAR.

TODOS OS ALIMENTOS SÃO PREPARADOS SEM SAL E MEL PARA BEBÊS DE ATÉ 12 MESES, SEM NENHUM TIPO DE AÇÚCAR ATÉ 24 MESES.

TEMPEROS UTILIZADOS: AZEITE EXTRA-VIRGEM, MANTEIGA, ERVAS FRESCAS E DESIDRATADAS, "SAL DE ERVAS BABY" CASEIRO (BEBÊS ATÉ 12 MESES) E "SAL DE ERVAS" (A PARTIR DE 01 ANO)

FRUTAS DA ESTAÇÃO: AMEIXA; ABACATE; BANANA; CAQUI; GOIABA; KIWI; LARANJA; MANGA; MAMÃO; MELANCIA; MELÃO; MEXERICIA; MAÇÃ; PÊRA; PÊSSEGO; UVA. **AS FRUTAS DEVERÃO SER ENVIADAS PREVIAMENTE**

HIGIENIZADAS PELO PAIS.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO DE ACORDO COM: SAFRA, ORIENTAÇÃO MÉDICA, ALERGIA OU INTOLERÂNCIA. CRIANÇAS COM ALERGIAS E/OU INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES TERÃO ALIMENTAÇÃO DIFERENCIADA DE ACORDO COM A NECESSIDADE.

OS ALIMENTOS NÃO ENCONTRADOS OU QUANDO HOUVER ALGUMA REJEIÇÃO PELOS ALUNOS, PODERÁ SER SUBSTITUÍDO POR OUTRO COM O MESMO COMPONENTE NUTRITIVO.

BERÇÁRIO: A INTRODUÇÃO ALIMENTAR É REALIZADA RESPEITANDO A LIBERAÇÃO DOS ALIMENTOS, FEITA PELO PEDIATRA DE CADA CRIANÇA - OS ALIMENTOS DEVEM SER OFERECIDOS EM CASA, ANTES DA OFERTA PELA ESCOLA. OFERECER ALIMENTOS SEPARADAMENTE, NÃO MISTURAR. AMASSAR COM O GARFO E AS FOLHAS (EX: COUVE, ACELGA, ESPINAFRE, RÚCULA, ETC.) OFERECER REFOGADAS E BEM PICADINHA. PEIXES E OVOS SERÃO OFERECIDOS CONFORME ORIENTAÇÃO MÉDICA E/OU SOLICITAÇÃO DOS PAIS.

CARDÁPIO - MENSAL

DEZEMBRO- 2024

