

Cardápio Principal

1 Semana - SEGUNDA

SEGUNDA

30/dez

**LIMPEZA E
ORGANIZAÇÃO
DA ESCOLA
APÓS A DETETIZAÇÃO**

TERÇA

TERÇA

31/dez

NÃO TEREMOS

EXPEDIENTE

QUARTA

QUARTA

01/jan

FERIADO

ANO NOVO

QUINTA

QUINTA

02/jan

mamadeira

papa de pessego
papa de arroz, lentilha,
frango, beterraba e brócolis

Água

mamadeira ou
papa de mamão e laranja

Igual almoço

igual ao lanche da tarde

água

2 Semana - SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEGUNDA**06/jan**

mamadeira

papa de mamão
papa de arroz, lentilha, frango,
brócolis

Água

mamadeira ou
papa de pessego

Igual almoço

igual ao lanche da tarde

água

3 Semana - SEGUNDA

SEGUNDA**13/jan**

mamadeira

papa de maça
papa de arroz, feijão, carne.
cenoura

Água

mamadeira ou
papa de abacate

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

TERÇA**07/jan**

mamadeira

papa de maça
papa de arroz, feijão vermelho
carne e cenoura

Água

mamadeira ou
papa de banana

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

água

TERÇA

TERÇA**14/jan**

mamadeira

papa de pessego
papa de arroz, lentilha, frango,
moranga e cenoura

Água

mamadeira ou
papa de pessego

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

QUARTA**08/jan**

mamadeira

papa de banana
papa de arroz, feijão,
frango, brócolis e chuchu

Água

mamadeira ou
papa de melão

Igual almoço

igual ao lanche da tarde

água

QUARTA

QUARTA**15/jan**

mamadeira

papa de melão
papa de arroz, feijão,
filé de peixe, batata e
cenoura

Água

mamadeira ou
papa de banana

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

QUINTA**09/jan**

mamadeira

papa de maça
papa de arroz, feijão, carne,
couve flor

Água

mamadeira ou
papa de kiwi

Igual almoço

igual ao lanche da tarde

água

QUINTA

QUINTA**16/jan**

mamadeira

papa de mamão e laranja
papa de arroz, feijão vermelho
frango , batata doce e
beterraba

Água

mamadeira ou
papa de maça

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

4 Semana - SEGUNDA

SEGUNDA

20/jan

mamadeira

papa de banana

papa de arroz, lentilha, frango

cenoura

Água

mamadeira ou

papa de maça

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

Água

5 Semana - SEGUNDA

TERÇA

TERÇA

21/jan

mamadeira

papa de pessego

ppa de arroz, feijão vermelho

carne, brocolis e chuchu

Água

mamadeira ou

papa de banana

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

Água

TERÇA

QUARTA

QUARTA

22/jan

mamadeira

papa de pera

papa de arroz, feijão, frango

moranga e beterraba

água

mamadeira ou

papa de melão

suco de fruta

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

Água

QUARTA

QUINTA

QUINTA

23/jan

mamadeira

papa de banana

papa de arroz, feijão, carne,

batata e chuchu

Água

mamadeira ou

papa de mamão e laranja

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

Água

QUINTA

Cardápio até 6 anos

PRIMEIRA SEMANA - SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

QUINTA

26/dez

mamadeira

papa de banana

papa de arroz, feijão, carne,
batata e chuchu

Água

mamadeira ou

papa de maça

fruta

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

Água

SEGUNDA
30/dez

LIMPEZA E
ORGANIZAÇÃO
DA ESCOLA
APÓS A DETETIZAÇÃO

TERÇA
31/dez

NÃO TEREMOS
EXPEDIENTE

QUARTA
01/jan

FERIADO
ANO NOVO

QUINTA
02/jan

torradinha com creme de
ricota
pessego
Arroz / lentilha
frango grelhado
massa parafuso com molho
S. beterraba e brocolis
Água
laranja
muffin de legumes e ovos
suco de fruta
banana

Igual almoço

igual ao lanche da tarde

água

SEGUNDA SEMANA - SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA**03/jan**

panqueca de banana e aveia

uva

Arroz / feijão

bife de carne

pure de batata

S. tomate e couve flor

Água

kiwi

LANCHE DIVERTIDO SAÚDAVEL

FRUTA

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

água

TERCEIRA SEMANA - SEGUNDA

SEGUNDA**13/jan**

pão com manteiga

leite com achocolatado

maça

Arroz / Feijão

almondega com molho

S. alface e cenoura

Água

abacate

pão de queijo

iogurte

fruta

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

QUARTA SEMANA - SEGUNDA

TERÇA**07/jan**

panqueca de banana e aveia

maça

Arroz, feijão vermelho

carne de panela

S. cenoura e alface

Água

banana

bolo de cenoura

chá gelado

fruta

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

água

TERÇA

TERÇA**14/jan**

torradinha integral com requeijão

leite puro

pera

Arroz/ lentilha

frango assado

moranga refogada

S. cenoura e couve flor

Água

pessego

bolo de chocolate com aveia

chá gelado

fruta

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

TERÇA

QUARTA**08/jan**

bismaguinha com

creme de ricota

banana

Arroz / feijão

frango com molho

massa gravatinha

S. brócolis e chuchu

Água

melão

pizza caseira

suco de fruta

Igual almoço

igual ao lanche da tarde

água

QUARTA

QUARTA**15/jan**

leite com cereal

melão

Arroz/ feijão

filé de peixe

pure de batata e cenoura

S. tomate

Água

banana

pizza caseira de frango

suco de fruta

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

QUARTA

QUINTA**09/jan**

pão com requeijão

leite puro

maça

Arroz / feijão

panqueca colorida de

carne

S. tomate e couve flor

Água

kiwi

pão de queijo

vitamina de fruta

Igual almoço

igual ao lanche da tarde

água

QUINTA

QUINTA**16/jan**

bismaguinha com manteiga

leite puro

mamão

Arroz/ feijão vermelho

iscas de frango com molho

batata doce

S. beterraba

Água

maça

biscoito de polvilho

vitamina de fruta

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

QUINTA

SEGUNDA**20/jan**

sanduíche de queijo
leite puro
banana
Arroz/ lentilha
frango com molho

S. cenoura
Água
maça
biscoito de polvilho
e iogurte

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

Água

QUINTA SEMANA - SEGUNDA

TERÇA**21/jan**

bisnaguinha creme
de ricota
pessego
Arroz/feijão vermelho
panqueca de carne

S. brocolis e chuchu
Água
melancia
salada de frutas com aveia

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

Água

TERÇA

QUARTA**22/jan**

iogurte com cereal

perá
arroz / feijão
frango assado
pure de moranga
S. beterraba e tomate

banana
sanduíche colorido de
bisnaguinha
suco de fruta

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

Água

QUARTA

QUINTA**23/jan**

panqueca de banana e aveia

uva
Arroz/feijão
bife de gado
pure de batata
S. tomate e chuchu

Água
laranja
bolo de laranja
vitamina de fruta

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

Água

QUINTA

QUINTA

26/dez

bisnaguinha int. creme de

ricota

banana

Arroz/feijão

bife de gado

pure de batata

S. tomate e chuchu

Água

maça

bolo de chocolate e aveia

chá gelado

fruta

igual ao almoço

igual ao lanche da tarde

Água

Orientações Gerais

Orientações Gerais