

**NOVEMBRO/ DEZEMBRO**  
**INFANTIL III, IV, V E FUNDAMENTAL**  
**PERÍODO: 11/11 a 06/12**

<b>Dia</b>	<b>Lanche manhã</b>	<b>Almoço</b>	<b>Lanche Tarde</b>	<b>Jantar</b>
Segunda-feira	<b>Frutas</b> Pão francês com requeijão <b>Suco:</b> maracujá	Carne acebolada Batata doce corada Arroz Feijão Salada de alface com repolho e tomate	<b>Frutas</b> Cookie de aveia e gotas de chocolate <b>Suco:</b> maracujá	Peito de frango grelhado Milho verde refogado Arroz Feijão Salada verde e beterraba cozida
Terça-feira	<b>Frutas</b> Biscoito de queijo <b>Suco:</b> goiaba	Estrogonofe de carne Batata palha Arroz Feijão Salada verde com cenoura ralada crua	<b>Frutas</b> Mini pizza <b>Suco:</b> goiaba	Pernil ao molho Mandioca cozida Arroz Feijão preto com bacon Salada de alface com laranja
Quarta-feira	<b>Frutas</b> Enroladinho de misto <b>Suco:</b> caju	Frango de panela Abóbora refogada Arroz Feijão Salada de alface com beterraba ralada	<b>Frutas</b> Bolo mesclado <b>Suco:</b> caju	Coxinha da asa Maionese de hortaliças Arroz Feijão Salada de alface com brócolis
Quinta-feira	<b>Frutas</b> Cuscuz com ovo <b>Suco:</b> abacaxi com morango	Isquinhas de pernil com linguiça Farofa de couve Arroz Feijão Salada verde com abacaxi	<b>Frutas</b> Mini brioche com requeijão <b>Suco:</b> abacaxi com morango	Estrogonofe de frango ou carne Batata chips Arroz Feijão Salada verde
Sexta-feira	<b>Frutas</b> Bolo formigueiro <b>Suco:</b> uva	Frango ao molho Banana frita Arroz Feijão preto Salada verde com milho e pepino	<b>Frutas</b> Pão de queijo <b>Suco:</b> uva	Almôndegas com abobrinha ao sugo Macarrão alho e óleo Arroz Feijão Salada vinagrete

**Observações:**

(1) **Cardápio sujeito a alterações.**

(2) **Frutas da semana:** banana, maçã, melão, mamão, melancia, manga, uva, laranja e outras frutas da estação.

(3) **Todas as preparações possuem uma versão sem leite de vaca.**

**Cleneide Oliveira Melo**  
**Nutricionista- CRN 1 2504**

**NOVEMBRO/ DEZEMBRO**  
**INFANTIL II**  
**PERÍODO: 11/11 a 06/12**

<b>Dia</b>	<b>Lanche manhã</b>	<b>Almoço</b>	<b>Lanche Tarde</b>	<b>Jantar</b>
Segunda-feira	<b>Frutas</b> Pão francês com requeijão <b>Suco:</b> maracujá	Carne acebolada Batata doce, couve e abóbora Arroz Feijão	<b>Frutas</b> Cookie de aveia e gotas de chocolate <b>Suco:</b> maracujá	Peito de frango grelhado Batata, cenoura e vagem Arroz Feijão
Terça-feira	<b>Frutas</b> Biscoito de queijo <b>Suco:</b> goiaba	Estrogonofe de carne Baroa, chuchu e tomate Arroz Feijão	<b>Frutas</b> Mini pizza <b>Suco:</b> goiaba	Pernil com mandioca Inhame, abobrinha e beterraba Arroz Feijão preto
Quarta-feira	<b>Frutas</b> Enroladinho carne <b>Suco:</b> caju	Frango de panela Inhame, cenoura e abobrinha Arroz Feijão	<b>Frutas</b> Bolo mesclado <b>Suco:</b> caju	Coxinha da asa Batata doce, couve e abóbora Arroz Feijão
Quinta-feira	<b>Frutas</b> Cuscuz com ovo <b>Suco:</b> abacaxi com morango	Isquinhas de pernil com linguiça Inhame, abobrinha e beterraba Arroz Feijão	<b>Frutas</b> Mini brioche com requeijão <b>Suco:</b> abacaxi com morango	Estrogonofe de frango Baroa, chuchu e tomate Arroz Feijão
Sexta-feira	<b>Frutas</b> Bolo formigueiro <b>Suco:</b> uva	Frango ao molho Batata doce, couve e abóbora Arroz Feijão preto	<b>Frutas</b> Pão de queijo <b>Suco:</b> uva	Almôndegas com abobrinha ao sugo Inhame, cenoura e abobrinha Arroz Feijão

**Observações:**

- (1) **Cardápio sujeito a alterações;**
- (2) **Frutas da semana:** banana, maçã, melão, mamão, melancia, manga, uva, laranja e outras frutas da estação.
- (3) **Todas as preparações possuem uma versão sem leite de vaca.**
- (4) **Preparações do lanche sem açúcar.**

**Cleneide Oliveira Melo /Nutricionista- CRN 1 2504**

**NOVEMBRO/ DEZEMBRO**  
**ARARA AZUL – INFANTIL I**  
**PERÍODO: 11/11 a 06/12**

<b>Dia</b>	<b>Lanche manhã</b>	<b>Almoço</b>	<b>Lanche Tarde</b>	<b>Jantar</b>
Segunda-feira	<b>Frutas</b> Pão francês com patê de frango <b>Suco:</b> maracujá	Carne acebolada Batata doce, couve e abóbora Arroz Feijão	<b>Frutas</b> Cookie de aveia e passas <b>Suco:</b> maracujá	Peito de frango grelhado Batata, cenoura e vagem Arroz Feijão
Terça-feira	<b>Frutas</b> Tapioca <b>Suco:</b> goiaba	Carne ao molho Baroa, chuchu e tomate Arroz Feijão	<b>Frutas</b> Mini pizza <b>Suco:</b> goiaba	Pernil com mandioca Inhame, abobrinha e beterraba Arroz Feijão preto
Quarta-feira	<b>Frutas</b> Enroladinho de carne seca <b>Suco:</b> caju	Frango de panela Inhame, cenoura e abobrinha Arroz Feijão	<b>Frutas</b> Bolo mesclado <b>Suco:</b> caju	Frango ao molho Batata doce, couve e abóbora Arroz Feijão
Quinta-feira	<b>Frutas</b> Cuscuz com ovo <b>Suco:</b> abacaxi com morango	Isquinhas de pernil Inhame, abobrinha e beterraba Arroz Feijão	<b>Frutas</b> Mini brioche com patê de frango <b>Suco:</b> abacaxi com morango	Frango desfiado Baroa, chuchu e tomate Arroz Feijão
Sexta-feira	<b>Frutas</b> Bolo formigueiro <b>Suco:</b> uva	Frango ao molho Batata doce, couve e abóbora Arroz Feijão preto	<b>Frutas</b> Biscoito de polvilho <b>Suco:</b> uva	Carne moída com abobrinha ao sugo Inhame, cenoura e abobrinha Arroz Feijão

**Observações:**

**(1) Cardápio sujeito a alterações;**

**(2) Frutas da semana:** banana, maçã, melão, mamão, melancia, manga, uva, tangerina, laranja e outras frutas da estação.

**(3) Todas as preparações possuem uma versão sem leite de vaca.**

**(4) Preparações do lanche sem açúcar.**

**Cleneide Oliveira Melo /Nutricionista- CRN 1 2504**

**NOVEMBRO/ DEZEMBRO**  
**ARARA AZUL – BERÇÁRIO**  
**PERÍODO: 11/11 a 06/12**

<b>Dia</b>	<b>Lanche manhã</b>	<b>Almoço</b>	<b>Lanche Tarde</b>	<b>Jantar</b>
Segunda-feira	<b>Frutas</b>	<b>Papinha I:</b> Batata doce, couve e abóbora <b>Amassadinho</b> Carne acebolada Batata doce, couve e abóbora Arroz Feijão	<b>Frutas</b>	<b>Papinha I:</b> Batata, cenoura e vagem <b>Amassadinho</b> Peito de frango grelhado Batata, cenoura e vagem Arroz Feijão
Terça-feira	<b>Frutas</b>	<b>Papinha I:</b> Baroa, chuchu e tomate <b>Amassadinho</b> Carne ao molho Baroa, chuchu e tomate Arroz Feijão	<b>Frutas</b>	<b>Papinha I:</b> Inhame, abobrinha e beterraba <b>Amassadinho</b> Pernil com mandioca Inhame, abobrinha e beterraba Arroz Feijão preto
Quarta-feira	<b>Frutas</b>	<b>Papinha I:</b> Batata, cenoura e vagem <b>Amassadinho</b> Frango de panela Batata, cenoura e vagem Arroz Feijão	<b>Frutas</b>	<b>Papinha I:</b> Batata doce, couve e abóbora <b>Amassadinho</b> Frango ao molho Batata doce, couve e abóbora Arroz Feijão
Quinta-feira	<b>Frutas</b>	<b>Papinha I:</b> Inhame, abobrinha e beterraba <b>Amassadinho</b> Isquinhas de pernil Inhame, abobrinha e beterraba Arroz Feijão	<b>Frutas</b>	<b>Papinha I:</b> Baroa, chuchu e tomate <b>Amassadinho</b> Frango desfiado Baroa, chuchu e tomate Arroz Feijão
Sexta-feira	<b>Frutas</b>	<b>Papinha I:</b> Batata doce, couve e abóbora <b>Amassadinho</b> Frango ao molho Batata doce, couve e abóbora Arroz Feijão preto	<b>Frutas</b>	<b>Papinha I:</b> Batata, cenoura e vagem <b>Amassadinho</b> Carne moída com abobrinha ao sugo Batata, cenoura e vagem Arroz Feijão

**Observações:**

- (1) Cardápio sujeito a alterações;
- (2) Papinha I para os bebês de 4 meses a 6 meses;
- (3) Nas papinhas e amassadinhos é adicionado azeite de oliva;
- (4) Frutas da semana: banana, melão, melancia, manga, maçã, mamão, laranja e outras frutas da estação.
- (5) Cardápio sem leite de vaca, glúten e açúcar.

**Cleneide Oliveira Melo Nutricionista- CRN 1 2504**