

JULHO/AGOSTO
INFANTIL 3, 4, 5 E FUNDAMENTAL
PERÍODO: 20/07 a 07/08

Dia	Lanche manhã	Almoço	Lanche Tarde	Jantar
Segunda-feira	Frutas Biscoito de polvilho Suco: cajá	Molho bolonhesa com cenoura e beterraba Penne alho e óleo Arroz Feijão Salada verde	Frutas Chipa paraguaia Suco: cajá	Filé de sassami grelhado Batata frita Arroz Feijão Salada de acelga com tomate e abacaxi
Terça-feira	Frutas Bolo formigueiro Suco: goiaba	Isquinhas de bife aceboladas Mandioca cozida na manteiga de garrafa Arroz Feijão Salada de alface e vinagrete	Frutas Cuscuz com frango temperado Suco: goiaba	Lombo de panela Farofa de cebola Arroz Feijão Salada de beterraba
Quarta-feira	Frutas Mini brioche com creme de ricota Suco: Maracujá	Estrogonofe de frango Batata Arroz Feijão Salada verde Cenoura crua ralada	Frutas Esfirra de carne Suco: maracujá	Coxinha da asa Milho verde refogado Arroz Feijão Salada de brócolis
Quinta-feira	Frutas Pão de queijo Suco: acerola com tangerina	Picadinho paulista Purê de abóbora Arroz Feijão Salada de alface	Frutas Pão francês com manteiga Leite com cacau ou suco de acerola com tangerina	Churrasco de panela Arroz Feijão Salada alface com abacaxi
Sexta-feira	Frutas Sanduiche de queijo quente Suco: abacaxi com hortelã	Feijoada Farofa Arroz Feijão Vinagrete	Frutas Bolo de cenoura com cobertura de cacau Suco: abacaxi com hortelã	Ovos mexidos Cebola gratinada Arroz Feijão Salada de beterraba cozida

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

JULHO/AGOSTO
ARARA AZUL – INFANTIL 2
PERÍODO: 20/07 a 07/08

Dia	Lanche manhã	Almoço	Lanche Tarde	Jantar
Segunda-feira	Frutas Biscoito de polvilho Suco: cajá	Molho bolonhesa com cenoura e beterraba Baroa, chuchu e tomate Arroz Feijão	Frutas Chipa paraguaia Suco: cajá	Filé de sassami grelhado Batata doce, cenoura e salsinha Arroz Feijão
Terça-feira	Frutas Bolo formigueiro Suco: goiaba	Isquinhas de bife aceboladas Batata, moranga e couve Arroz Feijão	Frutas Cuscuz com frango Suco: goiaba	Lombo de panela com páprica doce Inhame, couve-flor e abobrinha Arroz Feijão
Quarta-feira	Frutas Mini brioche com creme de ricota Suco: Maracujá	Estrogonofe de frango Batata doce, cenoura e salsinha Arroz Feijão	Frutas Esfirra de carne Suco: maracujá	Frango ao molho Baroa, chuchu e tomate Arroz Feijão
Quinta-feira	Frutas Pão de queijo Suco: acerola com tangerina	Picadinho paulista Inhame, brócolis e abobrinha Arroz Feijão	Frutas Pão francês com manteiga Leite com cacau ou suco de acerola com tangerina	Churrasco de panela Batata, moranga e couve Arroz Feijão
Sexta-feira	Frutas Sanduiche de queijo quente Suco: manga	Feijoada Baroa, chuchu e tomate Arroz	Frutas Bolo de cenoura com cobertura de cacau Suco: manga	Ovos mexidos Batata doce, cenoura e salsinha Arroz Feijão

Observações:

(1) Cardápio sujeito a alterações;

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

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

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

Cleneide Oliveira Melo
Nutricionista- CRN 1 2504

JULHO/AGOSTO
ARARA AZUL – BERÇÁRIO 2 e INFANTIL 1
PERÍODO: 20/07 a 07/08

Dia	Lanche manhã	Almoço	Lanche Tarde	Jantar
Segunda-feira	Frutas Biscoito de polvilho Suco: cajá	Molho bolonhesa com cenoura e beterraba Baroa, chuchu e tomate Arroz Feijão	Frutas Tapioca com ovo Suco: cajá	Filé de salsami grelhado Batata doce, cenoura e salsinha Arroz Feijão
Terça-feira	Frutas Bolo formigueiro Suco: goiaba	Carne grelhada acebolada manteiga de garrafa Batata, moranga e couve Arroz Feijão	Frutas Cuscuz com frango Suco: goiaba	Lombo de panela com páprica doce Inhame, couve-flor e abobrinha Arroz Feijão
Quarta-feira	Frutas Mini brioche Suco: Maracujá	Frango desfiado Batata doce, cenoura e salsinha Arroz Feijão	Frutas Esfirra de carne Suco: maracujá	Frango ao molho Baroa, chuchu e tomate Arroz Feijão
Quinta-feira	Frutas Tapioca com azeite Suco: acerola com tangerina	Picadinho paulista Inhame, brócolis e abobrinha Arroz Feijão	Frutas Pão francês com patê de frango Suco: de acerola com tangerina	Churrasco de panela Batata, moranga e couve Arroz Feijão
Sexta-feira	Frutas Cuscuz com carne Suco: manga	Feijoada baby Baroa, chuchu e tomate Arroz	Frutas Bolo de cenoura Suco: manga	Ovos mexidos Batata doce, cenoura e salsinha Arroz Feijão

Observações:

(1) Cardápio sujeito a alterações;

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

(3) **Todas as preparações que levam farinha de trigo são feitas com 30% de farinha integral.**

(4) **As preparações são sem açúcar, leite de vaca e corantes artificiais.**

Cleneide Oliveira Melo
Nutricionista- CRN 1 2504

JULHO/AGOSTO
ARARA AZUL – BERÇÁRIO 1 e 2
PERÍODO: 20/07 a 07/08

Dia	Lanche manhã	Almoço	Lanche Tarde	Jantar
Segunda-feira	Frutas	Papinha I Baroa, chuchu e tomate Amassadinho Molho bolonhesa Baroa, chuchu e tomate Arroz Feijão	Frutas	Papinha I Batata doce, cenoura e salsinha Amassadinho Isquinhas de bife grelhadas Batata doce, cenoura e salsinha Arroz Feijão
Terça-feira	Frutas	Papinha I Batata, moranga e couve Amassadinho Carne grelhada acebolada manteiga de garrafa Batata, moranga e couve Arroz	Frutas	Papinha I Inhame, couve-flor e abobrinha Amassadinho Lombo de panela Inhame, couve-flor e abobrinha Arroz Feijão
Quarta-feira	Frutas	Papinha I Batata doce, cenoura e salsinha Amassadinho Frango desfiado Batata doce, cenoura e salsinha Arroz Feijão	Frutas	Papinha I Baroa, chuchu e tomate Amassadinho Frango ao molho Baroa, chuchu e tomate Arroz Feijão
Quinta-feira	Frutas	Papinha I Inhame, brócolis e abobrinha Amassadinho Picadinho paulista Inhame, brócolis e abobrinha Arroz Feijão	Frutas	Papinha I Batata, moranga e couve Amassadinho Churrasco de panela Batata, moranga e couve Arroz Feijão
Sexta-feira	Frutas	Papinha I Batata, moranga e couve Amassadinho Feijoada baby Batata, moranga e couve Arroz	Frutas	Papinha I Batata doce, cenoura e salsinha Amassadinho Ovos mexidos Batata doce, cenoura e salsinha 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, corantes artificiais e açúcar.

Cleneide Oliveira Melo
Nutricionista- CRN 1 2504