

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
LANCHE DA MANHÃ	Pão de queijo Suco: Acerola Frutas da estação	Biscoito de polvilho Suco: Maracujá Frutas da estação	Cuscuz manteiga Suco: Manga Frutas da estação	Bolo de cenoura caseiro Suco: Abacaxi com morango Frutas da estação	Mini pizza queijo Suco: Goiaba Frutas da estação
ALMOÇO	Arroz branco Feijão carioca Escondidinho de carne Salada de tomate e cenoura cozida	Arroz branco Feijão carioca Estrogonofe de frango Batata palha Salada de alface e tomate	Arroz branco Feijão preto Carne de panela Batata doce assada Salada de pepino em rodelas	Arroz branco Feijão carioca Isca suína grelhada Mandioca cozida na manteiga Salada de alface e milho	Arroz branco Feijoadinha Farofa de couve temperada Salada de vinagrete e laranja
LANCHE DA TARDE	Bolo mesclado caseiro Suco: Acerola Frutas da estação	Pão de forma com creme de ricota/requeijão Suco: Maracujá Frutas da estação	Biscoito de queijo Suco: Manga Frutas da estação	Pão francês napolitano Suco: Abacaxi com morango Frutas da estação	Pastel assado de frango Suco: Goiaba Açaí
JANTAR	Arroz branco Feijão carioca Filé de frango grelhado Batata rústica assada Salada de repolho com tomate	Arroz branco Feijão carioca Carne assada ao forno Farofa de cenoura Salada de alface e tomate	Arroz branco Feijão carioca Frango ao molho Creme de milho Salada de alface beterraba ralada	Arroz branco Feijão carioca Almôndegas de carne ao molho Espaguete alho e óleo Salada de alface e manga	Arroz branco Feijão preto Frango desfiado Abóbora em cubos Salada de acelga com cenoura ralada

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.

ESCOLA ARARA AZUL
CARDÁPIO MENSAL

MÊS: SETEMBRO
INFANTIL II
PERÍODO: 06/09 a 02/10

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
LANCHE DA MANHÃ	Pão de queijo Suco: Acerola Frutas da estação	Biscoito de polvilho Suco: Maracujá Frutas da estação	Cuscuz com manteiga Suco: Manga Frutas da estação	Bolo de cenoura caseiro Suco: Abacaxi com morango Frutas da estação	Mini pizza queijo Suco: Goiaba Frutas da estação
ALMOÇO	Arroz branco Feijão carioca Carne moída refogada Batata, cará e couve Salada de alface e tomate	Arroz branco Feijão preto Estrogonofe de frango Abobrinha, batata baroa e salsinha Salada de pepino em rodelas	Arroz branco Feijão carioca Carne de panela Abóbora e brócolis Salada de acelga com cenoura ralada	Arroz branco Feijão carioca Isca suína grelhada Mandioquinha, vagem e tomate Salada de alface e milho	Arroz branco Feijoadinha baby Cenoura, batata doce e chuchu Salada de beterraba ralada
LANCHE DA TARDE	Bolo mesclado caseiro Suco: Acerola Frutas da estação	Pão de forma com creme de ricota/requeijão Suco: Maracujá Frutas da estação	Biscoito de queijo Suco: Manga Frutas da estação	Pão francês com queijo Suco: Abacaxi com morango Frutas da estação	Pastel assado de frango Suco: Goiaba Açaí
JANTAR	Arroz branco Feijão carioca Filé de frango grelhado Cenoura, batata doce e chuchu Salada de tomate e beterraba ralada	Arroz branco Feijão carioca Carne assada ao forno Mandioquinha, vagem e tomate Salada de alface e manga	Arroz branco Feijão carioca Frango ao molho Batata, cará e couve Salada de brócolis ao vapor	Arroz branco Feijão carioca Almôndegas de carne ao molho Abobrinha, batata baroa e salsinha Salada de alface e tomate	Arroz branco Feijão preto Frango desfiado Abóbora e brócolis Salada de acelga com cenoura ralada

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.

Any Gabrielle Vitorio
Nutricionista - CRN/1 - 14647

ESCOLA ARARA AZUL
CARDÁPIO MENSAL

MÊS: SETEMBRO
BERÇÁRIO II E INFANTIL I
PERÍODO: 06/09 a 02/10

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
LANCHE DA MANHÃ	Torrada com azeite Suco: Acerola Frutas da estação	Biscoito de polvilho Suco: Maracujá Frutas da estação	Cuscuz com azeite Suco: Manga Frutas da estação	Bolo de cenoura caseiro Suco: Abacaxi com morango Frutas da estação	Mini pizza frango Suco: Goiaba Frutas da estação
ALMOÇO	Arroz branco Feijão carioca Carne moída refogada Batata, cará e couve	Arroz branco Feijão preto Frango em cubos Abobrinha, batata baroa e salsinha	Arroz branco Feijão carioca Carne de panela Abóbora e brócolis	Arroz branco Feijão carioca Isca suína grelhada Mandioquinha, vagem e tomate	Arroz branco Feijoadinha baby Cenoura, batata doce e chuchu
LANCHE DA TARDE	Bolo mesclado caseiro Suco: Acerola Frutas da estação	Tapioca com azeite Suco: Maracujá Frutas da estação	Crepioça/Panqueca Suco: Manga Frutas da estação	Pão francês com carne Suco: Abacaxi com morango Frutas da estação	Pastel assado de frango Suco: Goiaba Açaí
JANTAR	Arroz branco Feijão carioca Isca de frango grelhado Cenoura, batata doce e chuchu	Arroz branco Feijão carioca Carne assada ao forno Mandioquinha, vagem e tomate	Arroz branco Feijão carioca Frango ao molho Batata, cará e couve	Arroz branco Feijão carioca Almôndegas de carne ao molho Abobrinha, batata baroa e salsinha	Arroz branco Feijão preto Frango desfiado Abóbora e brócolis

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.**

ESCOLA ARARA AZUL
CARDÁPIO MENSAL

MÊS: SETEMBRO
BERÇÁRIO II E II
PERÍODO: 06/09 a 02/10

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
LANCHE DA MANHÃ	FRUTAS	FRUTAS	FRUTAS	FRUTAS	FRUTAS
ALMOÇO	Papinha I Batata, cará e couve Amassadinho Arroz branco Feijão carioca Carne moída ao molho bolonhesa Batata, cará e couve	Papinha I Abobrinha, batata baroa e salsinha Amassadinho Arroz branco Feijão preto Carne de panela Abobrinha, batata baroa e salsinha	Papinha I Abóbora e brócolis Amassadinho Arroz branco Feijão carioca Estrogonofe de frango Abóbora e brócolis	Papinha I Mandioquinha, vagem e tomate Amassadinho Arroz branco Feijão carioca Lombo suíno ao molho próprio Mandioquinha, vagem e tomate	Papinha I Cenoura, batata e chuchu Amassadinho Arroz branco Feijão preto Carne assada Cenoura, batata doce e chuchu
LANCHE DA TARDE	FRUTAS	FRUTAS	FRUTAS	FRUTAS	FRUTAS
JANTAR	Papinha I Cenoura, batata doce e chuchu Amassadinho Arroz branco Feijão carioca Isca de frango grelhado Cenoura, batata doce e chuchu	Papinha I Mandioquinha, vagem e tomate Amassadinho Arroz branco Feijão carioca Frango ao molho Mandioquinha, vagem e tomate	Papinha I Mandioquinha, vagem e tomate Amassadinho Arroz branco Feijão carioca Carne desfiada Batata, cará e couve	Papinha I Abóbora e brócolis Amassadinho Arroz branco Feijão carioca Isca de bife acebolada Abobrinha, batata baroa e salsinha	Papinha I Abobrinha, batata doce e baroa Amassadinho Arroz branco Feijão preto Frango desfiado ao molho vermelho Abóbora e brócolis

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, corantes artificiais e açúcar

Any Gabrielle Vitorio
Nutricionista - CRN/1 -

14647

