

CARDÁPIO - MÊS: OUTUBRO
INFANTIL III, IV, V e FUNDAMENTAL
PERÍODO: 05/10 a 30/10

Refeições	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
LANCHE DA MANHÃ	Rosquinha de queijo Suco: Acerola com laranja Frutas da estação	Pão de forma com queijo orégano ao forno Suco: Maracujá Frutas da estação	Bisnaguinha com requeijão Suco: Manga Frutas da estação	Bolo colorido caseiro Suco: Morango Frutas da estação	Rap 10 ou Cuscuz com ovo Suco: Abacaxi Frutas da estação
ALMOÇO	Arroz branco Feijão carioca Carne moída ao molho vermelho Espaguete alho e óleo Salada de alface	Arroz branco Feijão preto Coxinha de frango assado Purê de batata Salada de alface e abacaxi	Arroz branco Feijão carioca Mix de carne (linguiça de frango e carne assada) Farofa crocante Salada de alface e tomate	Arroz branco Feijão carioca Lasanha a bolonhesa Salada de alface e cenoura palito cozida	Arroz branco Feijão preto Filé de frango grelhado Milho refogado Salada de pepino em cubos e tomate
LANCHE DA TARDE	Bolo de cacau caseiro Suco: Acerola com laranja Frutas da estação	Pão de queijo Suco: Maracujá Frutas da estação	Biscoito de polvilho Suco: Manga Frutas da estação	Enroladinho de queijo assado Suco: Morango Frutas da estação	Pão francês com carne desfiada Suco: Abacaxi Frutas da estação
JANTAR	Arroz branco Feijão carioca Isca de frango empanado Farofa de cebola Salada de repolho com tomate	Arroz branco Feijão preto Picadinho de carne ao molho com mandioca Salada de alface e beterraba ralada	Arroz branco Feijão carioca Lombo suíno em cubos ao molho barbecue Batata assada gratinada Salada de tomate meia lua	Arroz branco Feijão carioca Frango em cubos ao molho Brócolis ao vapor Salada de alface e tomate	Arroz branco Feijão preto Isca de bife acebolado Batata frita Salada de acelga e cenoura ralada

Observações:

(1) Cardápio mensal sujeito a alterações, sem aviso prévio.

(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.

Any Gabrielle Vitorio
Nutricionista - CRN/1 - 14647

CARDÁPIO - MÊS: OUTUBRO
INFANTIL II
PERÍODO: 05/10 a 30/10

Refeições	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
LANCHE DA MANHÃ	Rosquinha de queijo Suco: Acerola com laranja Frutas da estação	Pão de forma com queijo orégano ao forno Suco: Maracujá Frutas da estação	Cuscuz com ovo Suco: Manga Frutas da estação	Bolo de banana caseiro Suco: Morango Frutas da estação	Bisnaguinha com requeijão Suco: Abacaxi Frutas da estação
ALMOÇO	Arroz branco Feijão carioca Carne moída ao molho vermelho Cenoura, batata e chuchu Salada de alface	Arroz branco Feijão preto Frango assado Abobrinha, cará e couve Salada de alface e abacaxi	Arroz branco Feijão carioca Carne assada Mandioca, tomate, brócolis Salada de alface e tomate	Arroz branco Feijão carioca Lasanha a bolonhesa Batata doce, beterraba e vagem Salada de alface e cenoura palito cozida	Arroz branco Feijão preto Filé de frango grelhado Inhame, couve flor e abóbora Salada de pepino em cubos e tomate
LANCHE DA TARDE	Bolo de cacau caseiro Suco: Acerola com laranja Frutas da estação	Pão de queijo Suco: Maracujá Frutas da estação	Biscoito de polvilho Suco: Manga Frutas da estação	Enroladinho de queijo assado Suco: Morango Frutas da estação	Pão francês com carne desfiada Suco: Abacaxi Frutas da estação
JANTAR	Arroz branco Feijão carioca Frango desfiado Inhame, couve flor e abóbora Salada de repolho com tomate	Sopa de legumes Macarrão, carne Cenoura, batata e chuchu	Arroz branco Feijão carioca Lombo suíno em cubos ao molho Batata doce, beterraba e vagem Salada de tomate meia lua	Arroz branco Feijão carioca Frango em cubos ao molho Mandioca, tomate, brócolis Salada de alface e tomate	Arroz branco Feijão preto Isca de bife acebolado Abobrinha, cará e couve Salada de acelga e 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.**

CARDÁPIO - MÊS: OUTUBRO
BERÇÁRIO II e INFANTIL I
PERÍODO: 05/10 a 30/10

Refeições	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
LANCHE DA MANHÃ	Panqueca Suco: Acerola com laranja Frutas da estação	Tapioca com azeite Suco: Maracujá Frutas da estação	Cuscuz com ovo Suco: Manga Frutas da estação	Bolo de banana caseiro Suco: Morango Frutas da estação	Bisnaguinha com frango desfiado Suco: Abacaxi Frutas da estação
ALMOÇO	Arroz branco Feijão carioca Carne moída ao molho vermelho Cenoura, batata e chuchu	Arroz branco Feijão preto Frango assado Abobrinha, cará e couve	Arroz branco Feijão carioca Carne assada Mandioca, tomate, brócolis	Arroz branco Feijão carioca Carne moída refogada Batata doce, beterraba e vagem	Arroz branco Feijão preto Filé de frango grelhado Inhame, couve flor e abóbora
LANCHE DA TARDE	Bolo de cacau caseiro Suco: Acerola com laranja Frutas da estação	Pão de forma com azeite e orégano no forno Suco: Maracujá Frutas da estação	Biscoito de polvilho Suco: Manga Frutas da estação	Brioche Suco: Morango Frutas da estação	Pão francês com carne desfiada Suco: Abacaxi Frutas da estação
JANTAR	Arroz branco Feijão carioca Frango desfiado Inhame, couve flor e abóbora	Sopa de legumes Macarrão, carne Cenoura, batata e chuchu	Arroz branco Feijão carioca Lombo suíno em cubos ao molho Batata doce, beterraba e vagem	Arroz branco Feijão carioca Frango em cubos ao molho Mandioca, tomate, brócolis	Arroz branco Feijão preto Isca de bife acebolado Abobrinha, cará e couve

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.**

Any Gabrielle Vitorio
Nutricionista - CRN/1 - 14647

CARDÁPIO - MÊS: OUTUBRO
BERÇÁRIO I e II
PERÍODO: 05/10 a 30/10

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
LANCHE DA MANHÃ	FRUTAS	FRUTAS	FRUTAS	FRUTAS	FRUTAS
ALMOÇO	Papinha I Cenoura, batata e chuchu Amassadinho Arroz branco Feijão carioca Carne moída ao molho vermelho Cenoura, batata e chuchu	Papinha I Abobrinha, cará e couve Amassadinho Arroz branco Feijão preto Frango assado Abobrinha, cará e couve	Papinha I Mandioca, tomate, brócolis Amassadinho Arroz branco Feijão carioca Carne assada Mandioca, tomate, brócolis	Papinha I Batata doce, beterraba e vagem Amassadinho Arroz branco Feijão carioca Carne moída refogada Batata doce, beterraba e vagem	Papinha I Inhame, couve flor e abóbora Amassadinho Arroz branco Feijão preto Filé de frango grelhado Inhame, couve flor e abóbora
LANCHE DA TARDE	FRUTAS	FRUTAS	FRUTAS	FRUTAS	FRUTAS
JANTAR	Papinha I Inhame, couve flor e abóbora Amassadinho Arroz branco Feijão carioca Frango desfiado ao molho Inhame, couve flor e abóbora	Papinha I Cenoura, batata e chuchu Amassadinho Sopa de legumes Macarrão, carne Cenoura, batata e chuchu	Papinha I Batata doce, beterraba e vagem Amassadinho Arroz branco Feijão carioca Lombo suíno em cubos ao molho Batata doce, beterraba e vagem	Papinha I Mandioca, tomate, brócolis Amassadinho Arroz branco Feijão carioca Frango em cubos ao molho Mandioca, tomate, brócolis	Papinha I Abobrinha, cará e couve Amassadinho Arroz branco Feijão preto Isca de bife acebolado Abobrinha, cará e couve

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.

Any Gabrielle Vitorio
Nutricionista - CRN/1 - 14647