



CARDÁPIO SETEMBRO/ 2024 – INFANTIL

DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Pré-Jantar
Segunda-feira 02/09	Maçã Pão integral com requeijão	Arroz Feijão Carioca Isclas de carne grelhadas Escarola refogada Cenoura ralada Suco de Maracujá	Mamão Biscoito de cacau	Risotinho de Frango (Arroz cremoso com frango e legumes)
Terça-feira 03/09	Banana Biscoito de polvilho	Arroz meio a meio Feijão Carioca Frango assado com batatas Salada de alface americana com rabanete e tomate cereja Laranja	Pera Pão integral com manteiga	Creme de mandioca com carne moída
Quarta-feira 04/09	Mamão Pão de leite com queijo branco	Arroz meio a meio Feijão Carioca Carne moída com abóbora Salada de repolho Melancia	Melão Torrada com geleia de pêssego	Macarrão com brócolis e tiras de frango
Quinta-feira 05/09	Melão Torrada integral com geleia de morango	Arroz Feijão Carioca Omelete de espinafre Mandioquinha ao azeite e ervas Salada de tomate Manga	Maçã Bolo de cacau	Sopa de feijão com legumes e carne
Sexta-feira 06/09	Manga Pão integral com manteiga	Arroz com inhame Feijão Carioca Estrogonofe de frango Batata palha light Salada de alface, tomate e rabanete Maçã	Banana Pão de milho com creme de ricota	Sopa de grão de bico e legumes

DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Pré-Jantar
Segunda-feira 09/09	Banana com aveia e iogurte natural	Arroz meio a meio Feijão Carioca Carne de panela com mandioca Beterraba ao azeite e ervas Salada de alface Manga	Mamão Pão integral com manteiga	Canja (sopa de legumes, frango e arroz integral)
Terça-feira 10/09	Maçã Cookies de aveia	Arroz com inhame Feijão Carioca Frango em cubos com tomate e manjericão Salada de alface e pepino Melão	Suco de Abacaxi com hortelã Pão de leite com manteiga	Creme de abóbora com carne desfiada
Quarta-feira 11/09	Mamão Pão de milho com manteiga	Arroz Feijão Carioca Isclas de carne grelhada Abobrinha refogada Salada de acelga com tomate Melancia	Banana Pão de queijo caseiro	Polenta cremosa com carne moída
Quinta-feira 12/09	Manga Pão integral com creme de ricota	Arroz Feijão Preto Pernil refogado Couve manteiga refogada Vinagrete Laranja	Maçã Biscoito de cacau	Risotinho de Caipira (Arroz cremoso com milho e ovos)
Sexta-feira 13/09	Melão Torrada integral com manteiga	Arroz meio a meio Feijão Carioca Filé de Pescada Crocante Purê de mandioquinha Salada de repolho roxo Ameixa	Salada de frutas Pão integral com requeijão	Caldo verde saudável (sopa de batatas, carne e couve)

DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Pré-Jantar
Segunda-feira 16/09	Mamão Torrada integral com creme de ricota	Arroz meio a meio Feijão Carioca Filé de frango grelhado Couve-flor ao azeite e ervas Salada de alface Melão	Melancia Pão de leite com manteiga	Risotinho de caipira (arroz cremoso com milho e ovos)
Terça-feira 17/09	Manga Pão integral com queijo	Arroz meio a meio Feijão Rosa (feijão carioca com beterraba) Iscas de carne grelhadas Escarola refogada Salada de tomate Laranja	Maçã Bolacha de maisena	Sopa de legumes e macarrão de letrinhas
Quarta-feira 18/09	Melão Pão de coco com geleia de frutas vermelhas	Arroz Feijão Carioca Frango cremoso com milho Brócolis ao vapor Melancia	Banana Pão caseiro com manteiga	Sopa de mandioquinha com carne desfiada
Quinta-feira 19/09	Maçã Pão integral com manteiga	Arroz Feijão Branco Picadinho de legumes Salada de alface lisa e tomate Manga	Abacaxi Biscoito salgado com geleia de Pêssego	Creme legumes e frango desfiado
Sexta-feira 20/09	Vitamina de Morango Biscoito de polvilho	Arroz meio a meio Feijão Carioca Filé mignon suíno Farofa de legumes (milho em flocos com cenoura ralada e cebola) Salada de repolho Maçã	Laranja Pão de milho com manteiga	Polenta com carne moída

DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Pré-Jantar
Segunda-feira 23/09	Pera Biscoito Polvilho	Arroz meio a meio Feijão Carioca Filé de frango grelhado Berinjela refogada Salada de tomate Laranja	Melancia Pão integral com manteiga	Creme de mandioca com carne em cubos
Terça-feira 24/09	Melão Pão integral com requeijão	Arroz Feijão Carioca Isclas de carne refogadas Espinafre refogado Salada de repolho Maçã	Laranja Bolo de Cenoura Caseiro	Macarrão ao sugo com ovos cozidos
Quarta-feira 25/09	Manga Biscoito de cacau	Arroz Grão de Bico espanhol (Grão de Bico com Carne e cenoura) Abobrinha grelhada Salada de alface Abacaxi	Chá de Camomila Pão de milho com requeijão	Polenta cremosa com carne moída e legumes
Quinta-feira 26/09	Banana Bolacha salgada com manteiga	Arroz meio a meio Feijão Carioca Carne de panela Vagem ao azeite e ervas Salada de acelga Melancia	Maçã Cookies de aveia	Risotinho de Frango (Arroz cremoso com frango e legumes)
Sexta-feira 27/09	Vitamina de Abacate Torrada integral com manteiga	Macarrão a bolonhesa Brócolis ao vapor Salada alface e cenoura ralada Melão	Salada de Frutas Biscoito de gergelim com cream cheese	Sopa de lentilha com legumes



DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Pré-Jantar
Segunda-feira 30/09	Mamão com iogurte natural e aveia	Arroz meio a meio Feijão Carioca Frango em cubos Couve manteiga refogada Salada de tomate Manga	Maçã Pão integral com geleia de uva	Creme de batata doce com carne moída