



CARDÁPIO SETEMBRO/ 2024 – INFANTIL

<b>DIA</b>	<b>Lanche da Manhã</b>	<b>Almoço</b>	<b>Lanche da Tarde</b>	<b>Pré-Jantar</b>
<b>Segunda-feira 02/09</b>	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)
<b>Terça-feira 03/09</b>	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
<b>Quarta-feira 04/09</b>	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
<b>Quinta-feira 05/09</b>	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
<b>Sexta-feira 06/09</b>	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

<b>DIA</b>	<b>Lanche da Manhã</b>	<b>Almoço</b>	<b>Lanche da Tarde</b>	<b>Pré-Jantar</b>
<b>Segunda-feira 09/09</b>	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)
<b>Terça-feira 10/09</b>	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
<b>Quarta-feira 11/09</b>	Mamão  Pão de milho com manteiga	Arroz Feijão Carioca Iscas de carne grelhada Abobrinha refogada Salada de acelga com tomate Melancia	Banana  Pão de queijo caseiro	Polenta cremosa com carne moída
<b>Quinta-feira 12/09</b>	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)
<b>Sexta-feira 13/09</b>	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)



<b>DIA</b>	<b>Lanche da Manhã</b>	<b>Almoço</b>	<b>Lanche da Tarde</b>	<b>Pré-Jantar</b>
<b>Segunda-feira 16/09</b>	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)
<b>Terça-feira 17/09</b>	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
<b>Quarta-feira 18/09</b>	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
<b>Quinta-feira 19/09</b>	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
<b>Sexta-feira 20/09</b>	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

<b>DIA</b>	<b>Lanche da Manhã</b>	<b>Almoço</b>	<b>Lanche da Tarde</b>	<b>Pré-Jantar</b>
<b>Segunda-feira 23/09</b>	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
<b>Terça-feira 24/09</b>	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
<b>Quarta-feira 25/09</b>	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
<b>Quinta-feira 26/09</b>	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)
<b>Sexta-feira 27/09</b>	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



<b>DIA</b>	<b>Lanche da Manhã</b>	<b>Almoço</b>	<b>Lanche da Tarde</b>	<b>Pré-Jantar</b>
<b>Segunda-feira 30/09</b>	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