



CARDÁPIO NOVEMBRO/ 2024 – INFANTIL

DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Pré-Jantar
Segunda-feira 04/11	Banana Torrada integral com geleia de morango	Arroz Feijão Carioca Carne de panela com mandioca Escarola refogada Cenoura ralada Goiaba	Pera Pão de leite com requeijão	Canja (sopa de legumes, frango e arroz integral)
Terça-feira 05/11	Maçã Pão integral com manteiga	Arroz meio a meio Feijão Carioca Frango em cubos com tomate e manjeriço Salada de repolho e pepino Laranja	Chá de erva doce Bolo caseiro de maçã	Polenta cremosa com carne moída e legumes
Quarta-feira 06/11	Mamão Pão de leite com creme de ricota	Arroz meio a meio Feijão Carioca Omelete Brócolis ao azeite e ervas Salada de alface Manga	Banana Bolo caseiro de cenoura	Sopa de mandioquinha e frango desfiado
Quinta-feira 07/11	Melão Biscoito de polvilho	Macarrão com carne moída Cenoura ao vapor Salada de repolho e tomate Melancia	Maçã Cookies de cacau e aveia	Sopa de feijão com legumes e carne
Sexta-feira 08/11	Vitamina de morango Pão integral com manteiga	Arroz Feijão Isclas de carne aceboladas Abobrinha grelhada Salada de alface e rabanete Maçã	Manga Biscoito de gergelim com cream cheese	Risotinho de Frango (Arroz cremoso com frango e legumes)



DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Pré-Jantar
Segunda-feira 11/11	Banana com aveia e iogurte natural	Arroz meio a meio Feijão Carioca Picadinho de carne e legumes Salada de alface e tomate Laranja	Mamão Pão integral com manteiga	Risotinho de Caipira (Arroz cremoso com milho e ovos)
Terça-feira 12/11	Melão Pão de milho com manteiga	Arroz com inhame Feijão Carioca Sobrecoxa de frango assada com batatas Salada de alface mimosa e pepino Manga	Maçã Torrada integral com creme de ricota	Creme de abóbora com carne desfiada
Quarta-feira 13/11	Mamão Torrada integral com creme de ricota	Arroz Feijão Carioca Isclas de carne grelhadas Berinjela grelhada Salada de acelga com tomate Suco de Acerola	Pera Pão de queijo caseiro	Polenta cremosa com frango desfiado
Quinta-feira 14/11	Maçã Biscoito de cacau	Arroz Feijão Rosa (Feijão carioca com beterraba) Filé de pescada branca grelhada Mandioquinha ao azeite e ervas Salada de tomate Melancia	Goiaba Pão integral com requeijão	Creme de batata doce e frango
Feriado				



DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Pré-Jantar
Segunda-feira 18/11	Mamão Pão integral com manteiga	Arroz Feijão Carioca Filé de Frango grelhado Couve-flor ao azeite e ervas Salada de alface Melão	Manga Pão de milho creme de ricota	Sopa de mandioquinha com carne desfiada
Terça-feira 19/11	Manga Pão integral com geleia de uva	Arroz meio a meio Feijão Carioca Isclas de carne grelhadas Espinafre refogado Salada de tomate Laranja	Banana Bolacha de maisena	Macarrão com tiras de frango
Feriado				
Quinta-feira 21/11	Maçã Pão integral com manteiga	Arroz Feijão Carioca Carne de panela com mandioquinha Salada de alface lisa e tomate Manga	Suco de Abacaxi com hortelã Biscoito salgado com requeijão	Caldo verde saudável (sopa de batatas, carne e couve)
Sexta-feira 22/11	Banana Biscoito de polvilho	Arroz Feijão Preto Filé Mignon Suíno grelhado Vagem ao azeite e ervas Salada de alface Goiaba	Melancia Pizza de pão integral	Creme legumes e frango desfiado

DIA	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde	Pré-Jantar
Segunda-feira 25/11	Pera Pão integral com requeijão	Arroz meio a meio Feijão Carioca Isclas de carne refogadas Escarola refogada Salada de tomate Melão	Melancia Torrada integral com manteiga	Creme de mandioca com carne em cubos
Terça-feira 26/11	Melão Cookies de aveia	Arroz Feijão Carioca Frango em cubos Farofa de legumes caseira Salada de repolho Maçã	Banana Bolo de caseiro de cacau	Macarrão ao sugo com ovos cozidos
Quarta-feira 27/11	Manga Torrada de arroz com geleia de morango	Arroz Lentilha com carne moída Cenoura saltè Salada de alface Laranja	Chá de Erva Doce Pão de milho com requeijão	Risotinho de Frango (Arroz cremoso com frango e legumes)
Quinta-feira 28/11	Banana Pão integral com creme de ricota	Arroz meio a meio Feijão Carioca Carne moída com milho Salada de acelga, pepino e cenoura ralada Melancia	Maçã Cookies de aveia	Polenta com carne desfiada
Sexta-feira 29/11	Mamão Torrada integral com manteiga	Arroz Feijoada infantil (feijão preto cozido com carne bovina) Couve manteiga refogada Vinagrete Abacaxi	Salada de Frutas Biscoito de gergelim com cream cheese	Sopa de feijão com legumes e carne