**02/12 a 06/12**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda-feira** | **Terça-feira** | **Quarta-feira** | **Quinta-feira** | **Sexta-feira** |
| **LANCHE DA MANHÃ****Infantil III ao Pré III** | **Cookies integrais** **Suco de abacaxi com couve** | **Pão caseiro com nata****Chá gelado de maçã com canela** | **Banana em rodelas com canela em pó****Iogurte caseiro com mel** | **Pão com ricota e chia****Suco integral de uva com ora-pro-nobis** | **Bolo de laranja com cenoura****Chá de erva-doce** |
| **Infantil II** | **Cookies integrais (adoçado com uva passas)****Suco de abacaxi com couve** | **Pão caseiro com nata****Chá gelado de maçã com canela** | **Banana em rodelas com canela em pó****Iogurte caseiro batido com banana** | **Pão com ricota e chia****Suco integral de uva com ora-pro-nobis** | **Bolo de laranja com cenoura (adoçado com uva passas)****Chá de erva-doce** |
| **Infantil I** | **Maçã cozida** | **Manga** | **Banana com canela em pó** | **Papa mix (mamão, banana e beterraba)** | **Laranja com manga** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Biscoito sem ovo e lactose****Suco de abacaxi com couve** | **Pão caseiro com manteiga ghee****Chá gelado de maçã com canela** | **Banana em rodelas com canela em pó****Iogurte sem lactose** | **Pão caseiro com mel****Suco integral de uva com ora-pro-nobis** | **Biscoito sem ovo e lactose****Chá de erva-doce** |
| **ALMOÇO****Infantil II ao Pré III** | **Ovo mexido com alho poró e gergelim****Arroz/ Feijão****Pepino japonês/ Cenoura cozida** | **Frango enrafofado****Parafuso ao molho de tomate****Alface/ Beterraba cozida** | **Bife acebolado****Arroz integral/ Feijão****Couve-flor/ Tomate** | **Frango refogado com tomate e cebola****Arroz****Cenoura ralada/ Milho e ervilha** | **Peixe assado****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Beterraba cozida** |
| **Infantil I** | **Ovo mexido com alho poró e gergelim****Arroz/ Feijão****Pepino japonês/ Cenoura cozida** | **Frango enrafofado****Aletria ao molho de tomate****Alface/ Beterraba cozida** | **Iscas de carne acebolada****Arroz integral/ Feijão****Couve-flor/ Tomate** | **Frango refogado com tomate e cebola****Arroz****Cenoura ralada** | **Peixe assado****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Beterraba cozida** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Carne moída ensopadA****Arroz/ Feijão****Pepino japonês/ Cenoura cozida** | **Frango enrafofado****Parafuso ao molho de tomate****Alface/ Beterraba cozida** | **Bife acebolado****Arroz integral/ Feijão****Couve-flor/ Tomate** | **Frango refogado com tomate e cebola****Arroz** **Cenoura ralada/ Milho e ervilha** | **Peixe assado****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Beterraba cozida** |
| **LANCHE DA TARDE****Infantil II, Infantil IIII, Pré I, Pré II, Pré III e Isento de ovo e lactose** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** |
| **Infantil I** | **Banana com mamão**  | **Abacate com laranja** | **Mamão** | **Melão** | **Banana** |
| **JANTAR - Infantil II ao Pré III**  | **Polenta ao molho de frango** | **Macarrão argolinha + feijão com carne e legumes****Repolho** | **Risoto (arroz, frango, brócolis, milho e cenoura)** | **Espaguete integral à bolonhesa** | **Sopa de frango com batata doce, arroz e legumes** |
| **Infantil I** | **Polenta ao molho de frango** | **Macarrão argolinha + feijão com carne e legumes****Repolho** | **Risoto (arroz, frango, brócolis, milho e cenoura)** | **Aletria à bolonhesa** | **Sopa de frango com batata doce, arroz e legumes** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Polenta ao molho de frango** | **Macarrão sem ovos + feijão com carne e legumes****Repolho** | **Risoto (arroz, frango, brócolis, milho e cenoura)** | **Macarrão sem ovos à bolonhesa** | **Sopa de frango com batata doce, arroz e legumes** |

**FRUTAS DA ESTAÇÃO - MÊS DEZEMBRO: abacaxi, ameixa, banana-prata, kiwi, laranja-pera, limão, maçã, manga, maracujá, melancia, melão, nectarina, pêssego, e uva. Frutas como banana, maçã e mamão terá todos os meses do ano. OBS: 1) O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores, sazonalidade e aceitação das crianças. 2) Nos lanches que não tiver oferta de bebida, será servido água. 3) No lanche da tarde será servido 2 ou 3 variedades de frutas. 4) Arroz integral será servido com 50% arroz parboilizado e 50% arroz integral, o mesmo se aplica para as massas. 5) No almoço e jantar será servido água.6) Não será utilizado açúcar branco, quando houver necessidade de adoçar as preparações, será utilizado mel, tâmaras, uvas passas, açúcar demerara OU mascavo (COM MODERAÇÃO). 7) Os molhos serão preparados com tomates frescos e outros ingredientes e temperos naturais. 8) Não será utilizado sal refinado nas preparações, o mesmo será substituído por sal de ervas e outros temperos naturais. 9) Para o infantil I não será utilizado sal nas preparação, apenas ervas naturais para temperar. 10) Os pães serão feitos na escola e sem ovos. 11) Até dois anos de idade, o cardápio é isento de açúcar. 12) Os biscoitos, pãoes e bolos serão feitos na escola. 13) Infantil I: as preparação não serão liquidificadas, apenas amassadas com o garfo, trituradas, desfiadas bem miudamente (salvo situações como por exemplo, manga com muitos fiapos. 14) Nas preparações salgadas do Infantil I será adicionado 1 fio de azeite de oliva. NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: Larissa C. I de Zutter.CRN10 – 2127.**

**CARDÁPIO MATERNAL E JARDIM ANJOS DA TERRA**

**MÊS: MAIO 2015**

**09/12 a 13/12**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda-feira** | **Terça-feira** | **Quarta-feira** | **Quinta-feira** | **Sexta-feira** |
| **LANCHE DA MANHÃ****Infantil III ao Pré III** | **Rosquinha de polvilho****Suco de laranja** | **Pão integral com manteiga ghee e queijo****Chá de abacaxi com canela** | **Frutas picadas: mamão, banana e manga****Leite batido com cacau da nutri** | **Pão de leite com requeijão caseiro****Suco de maracujá com hortelã** | **Bolo integral de laranja****Chá de camomila** |
| **Infantil II** | **Rosquinha de polvilho****Suco de laranja** | **Pão integral com manteiga ghee e queijo****Chá de abacaxi com canela** | **Frutas picadas: mamão, banana e manga****Leite batido com cacau e banana** | **Pão de leite com requeijão caseiro****Suco de maracujá com hortelã** | **Bolo integral de laranja (adoçado com uva passas)****Chá de camomila** |
| **Infantil I** | **Melão**  | **Abacate com laranja** | **Mamão** | **Manga** | **Banana** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Biscoito sem lactose e ovo****Suco de laranja****Fruta: maçã** | **Pão caseiro com manteiga ghee** **Chá de abacaxi com canela** | **Frutas picadas: mamão, banana e manga****Leite sem lactose com cacau da nutri** | **Pão caseiro com mel****Suco de maracujá com hortelã** | **Biscoito sem lactose e ovo****Chá de camomila** |
| **ALMOÇO****Infantil II ao Pré III** | **Ovo cozido****Arroz integral/ Feijão****Cenoura ralada/ Chuchu com tempero verde** | **Almôndegas assadas****Espaguete ao molho sugo/ Farofa****Brócolis/ Tomate** | **Iscas de frango empanado e assado****Arroz integral/ Feijão****Pepino/ Beterraba cozida** | **Talharim à bolonhesa com parmesão ralado****Repolho/ Cenoura cozida** | **Frango assado****Arroz integral/ Feijão****Cenoura ralada/ Beterraba cozida** |
| **Infantil I** | **Ovo cozido****Arroz integral/ Feijão****Cenoura ralada/ Chuchu com tempero verde** | **Almôndegas assadas****Aletria ao molho sugo/ Farofa****Brócolis/ Tomate** | **Iscas de frango refogadas com cebola****Arroz integral/ Feijão****Pepino/ Beterraba cozida** | **Aletria à bolonhesa** **Repolho/ Cenoura cozida** | **Frango assado****Arroz integral/ Feijão****Cenoura ralada/ Beterraba cozida** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Frango refogado com cebola e tomate****Arroz integral/ Feijão****Cenoura ralada/ Chuchu com tempero verde** | **Almôndegas assadas (sem ovo)****Espaguete ao molho sugo/ Farofa****Brócolis/ Tomate** | **Iscas de frango refogadas****Arroz integral/ Feijão****Pepino/ Beterraba cozida** | **Macarrão sem ovos à bolonhesa com parmesão ralado****Repolho/ Cenoura cozida** | **Frango assado****Arroz integral/ Feijão****Cenoura ralada/ Beterraba cozida** |
| **LANCHE DA TARDE****Infantil II, Infantil IIII, Pré I, Pré II, Pré III e Isento de ovo e lactose** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** |
| **Infantil I** | **Maçã cozida** | **Manga** | **Banana com canela em pó** | **Papa mix (mamão, banana e beterraba)** | **Laranja com manga** |
| **JANTAR - Infantil II ao Pré III**  | **Polenta à bolonhesa** | **Sopa de frango com macarrão e letrinhas e legumes** | **Carreteiro (arroz, carne moída e legumes)** | **Arroz + feijão com legumes e carne****Laranja** | **Lentilha cremosa + arroz**  |
| **Infantil I** | **Polenta à bolonhesa** | **Sopa de frango com macarrão e letrinhas e legumes** | **Carreteiro (arroz, carne moída e legumes)** | **Arroz + feijão com legumes e carne****Laranja** | **Lentilha cremosa + arroz**  |
| **Isento de ovo e lactose** | **Polenta à bolonhesa** | **Sopa de frango com batata e legumes** | **Carreteiro (arroz, carne moída e legumes)** | **Arroz + feijão com legumes e carne****Laranja** | **Sopa de lentilha com aletria, carne e legumes**  |

**FRUTAS DA ESTAÇÃO - MÊS DEZEMBRO: abacaxi, ameixa, banana-prata, kiwi, laranja-pera, limão, maçã, manga, maracujá, melancia, melão, nectarina, pêssego, e uva. Frutas como banana, maçã e mamão terá todos os meses do ano. OBS: 1) O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores, sazonalidade e aceitação das crianças. 2) Nos lanches que não tiver oferta de bebida, será servido água. 3) No lanche da tarde será servido 2 ou 3 variedades de frutas. 4) Arroz integral será servido com 50% arroz parboilizado e 50% arroz integral, o mesmo se aplica para as massas. 5) No almoço e jantar será servido água.6) Não será utilizado açúcar branco, quando houver necessidade de adoçar as preparações, será utilizado mel, tâmaras, uvas passas, açúcar demerara OU mascavo (COM MODERAÇÃO). 7) Os molhos serão preparados com tomates frescos e outros ingredientes e temperos naturais. 8) Não será utilizado sal refinado nas preparações, o mesmo será substituído por sal de ervas e outros temperos naturais. 9) Para o infantil I não será utilizado sal nas preparação, apenas ervas naturais para temperar. 10) Os pães serão feitos na escola e sem ovos. 11) Até dois anos de idade, o cardápio é isento de açúcar. 12) Os biscoitos, pãoes e bolos serão feitos na escola. 13) Infantil I: as preparação não serão liquidificadas, apenas amassadas com o garfo, trituradas, desfiadas bem miudamente (salvo situações como por exemplo, manga com muitos fiapos. 14) Nas preparações salgadas do Infantil I será adicionado 1 fio de azeite de oliva. NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: Larissa C. I de Zutter.CRN10 – 2127.**

**CARDÁPIO MATERNAL E JARDIM ANJOS DA TERRA**

**MÊS: MAIO 2015**

**16/12 a 17/12**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda-feira** | **Terça-feira** | **Quarta-feira** | **Quinta-feira** | **Sexta-feira** |
| **LANCHE DA MANHÃ****Infantil III ao Pré III** | **Biscoito salgado com creme de ricota****Suco integral de uva** | **Pão de batata com banana e canela****Chá de erva-cidreira** |  |  |  |
| **Infantil II** | **Biscoito integral salgado com creme de ricota****Suco integral de uva** | **Pão de batata com banana e canela****Chá de erva-cidreira** |  |  |  |
| **Infantil I** | **banana** | **Mamão** |  |  |  |
| **Isento de ovo e lactose** | **Biscoito sem lactose e ovo****Suco integral de uva** | **Pão caseiro com banana e canela****Chá de erva-cidreira** |  |  |  |
| **ALMOÇO****Infantil II ao Pré III** | **Ovo mexido com tomate e cebola****Arroz/ Feijão****Tomate/ Cenoura cozida** | **Carne de panela****Arroz/ Aipim assado com manteiga ghee e ervas****Beterraba ralada/ Couve-flor** |  |  |  |
| **Infantil I** | **Ovo mexido com tomate e cebola****Arroz/ Feijão****Tomate/ Cenoura cozida** | **Carne de panela****Arroz/ Aipim cozido****Beterraba ralada/ Couve-flor** |  |  |  |
| **Isento de ovo e lactose** | **Frango aceboladinho****Arroz/ Feijão****Tomate/ Cenoura cozida** | **Carne de panela****Arroz/ Aipim assado com manteiga ghee e ervas****Beterraba ralada/ Couve-flor** |  |  |  |
| **LANCHE DA TARDE****Infantil II, Infantil IIII, Pré I, Pré II, Pré III e Isento de ovo e lactose** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** |  |  |  |
| **Infantil I** | **Melancia** | **Banana** |  |  |  |
| **JANTAR - Infantil II ao Pré III**  | **Parafuso de farinha de arroz + iscas de carne ao molho sugo** | **Canja** |  |  |  |
| **Infantil I** | **Aletria + iscas de carne ao molho sugo** | **Canja** |  |  |  |
| **Isento de ovo e lactose** | **Macarrão sem ovos + iscas de carne ao molho sugo** | **Canja** |  |  |  |

**FRUTAS DA ESTAÇÃO - MÊS DEZEMBRO: abacaxi, ameixa, banana-prata, kiwi, laranja-pera, limão, maçã, manga, maracujá, melancia, melão, nectarina, pêssego, e uva. Frutas como banana, maçã e mamão terá todos os meses do ano. OBS: 1) O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores, sazonalidade e aceitação das crianças. 2) Nos lanches que não tiver oferta de bebida, será servido água. 3) No lanche da tarde será servido 2 ou 3 variedades de frutas. 4) Arroz integral será servido com 50% arroz parboilizado e 50% arroz integral, o mesmo se aplica para as massas. 5) No almoço e jantar será servido água.6) Não será utilizado açúcar branco, quando houver necessidade de adoçar as preparações, será utilizado mel, tâmaras, uvas passas, açúcar demerara OU mascavo (COM MODERAÇÃO). 7) Os molhos serão preparados com tomates frescos e outros ingredientes e temperos naturais. 8) Não será utilizado sal refinado nas preparações, o mesmo será substituído por sal de ervas e outros temperos naturais. 9) Para o infantil I não será utilizado sal nas preparação, apenas ervas naturais para temperar. 10) Os pães serão feitos na escola e sem ovos. 11) Até dois anos de idade, o cardápio é isento de açúcar. 12) Os biscoitos, pãoes e bolos serão feitos na escola. 13) Infantil I: as preparação não serão liquidificadas, apenas amassadas com o garfo, trituradas, desfiadas bem miudamente (salvo situações como por exemplo, manga com muitos fiapos. 14) Nas preparações salgadas do Infantil I será adicionado 1 fio de azeite de oliva. NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: Larissa C. I de Zutter.CRN10 – 2127.**

**CARDÁPIO MATERNAL E JARDIM ANJOS DA TERRA**

**MÊS: MAIO 2015**