 **CARDÁPIO IMA 03/08 a 07/08**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **REFEIÇÕES** | **SEGUNDA-FEIRA** | **TERÇA-FEIRA** | **QUARTA-FEIRA** | **QUINTA-FEIRA** | **SEXTA-FEIRA** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | Sanduíche de biscoito salgado de gergelim com requeijão  Suco de laranja com cenoura | Pão de leite com margarina sem sal e queijo  Chá de frutas | Frutas  (3 variedades) | Biscoito  Leite morninho | Mamão e maçã picados com farinha de aveia  Chá de erva-doce |
| **Isento de lactose e ovo** | Biscoito Maisena  Suco de laranja com cenoura | Pão caseiro com margarina Becel original  Chá de frutas | Frutas  (3 variedades) | Biscoito Maria Ninfa  Chá  Banana | Mamão e maçã picados com farinha de aveia  Chá de erva-doce |
| **Bebês** | Raspas de maçã argentina | Pera argentina raspadinha | Papa de mamão papaia  Água de coco | Papa de manga | Banana branca amassada |
| **ALMOÇO** | Carne moída ensopada com batatas  Arroz integral/ Feijão  Suco de abacaxi com hortelã | Cubinhos de peito de frango acebolados  Arroz/ Feijão  Salada de cenoura ralada  Suco de limão | Feijoada com carne magra  Arroz  Couve mineira refogada  Salada de repolho  Suco de laranja | Bife rolê  Arroz integral/ Feijão  Farofa  Macarronese com pedacinhos de cenoura  Suco de abacaxi | Estrogonofe magro de frango  Arroz/ Feijão  Batata palha  Salada de pepino  Suco de maracujá |
| **Isento de lactose e ovo** | Carne moída + Arroz integral + Feijão+ Suco de abacaxi com hortelã | Peito de frango acebolado+ Arroz + Feijão+ Cenoura ralada+ Suco de limão | Feijoada + Arroz + Couve mineira+ Repolho+ Suco de laranja | Bife rolê + Arroz integra+ Feijão+ Cenoura cozida + Suco de abacaxi | Frango refogadinho+ Arroz + Feijão + Batata palha + Pepino+ Suco de maracujá |
| **Bebês** | Purê de abóbora com molho de carne | Pirãozinho de feijão enriquecido com cenoura amassada | Papa de aipim com chuchu com caldo de feijão | Canja | Sopa de carne com batata, abobrinha e cenoura |
| **LANCHE DA TARDE** | Pão integral com geléia de frutas  Chá de camomila | Frutas (3 variedades) | Bolo de laranja  Chá de hortelã | Frutas  (3 variedades) | Pão pulmann com requeijão  Suco de limão com laranja |
| **Isento de lactose e ovo** | Pão caseiro com geléia  Chá de camomila | Frutas (3 variedades) | Biscoito Maria Ninfa  Chá de hortelã | Frutas  (3 variedades) | Pão caseiro com margarina Becel original  Suco de limão com laranja |
| **Bebês** | Melão  raspadinho  Suco de laranja lima | Papa de banana e abacate | Banana branca amassada com farinha de aveia | Maçã argentina raspadinha | Mamão papaia amassado |
| **JANTAR** | Arroz com frango desfiado e legumes | Polenta à bolonhesa com chuchu raladinho | Sopa de frango com aletria e 3 tipos de legumes | Purê de batata com molho de carne moída | Macarrão parafuso ao molho sugo com pedacinhos de brócolis |
| **Isento de lactose e ovo** | Arroz com frango desfiado e legumes | Polenta à bolonhesa com chuchu raladinho | Sopa de frango com aletria de sêmola e 3 tipos de legumes | Purê de batata sem leite com molho de carne moída | Macarrão parafuso de sêmola ao molho sugo com pedacinhos de brócolis |
| **Bebês** | Arroz papa com frango desfiado e legumes | Polenta com molho de carne e chuchu raladinho | Sopa de frango com aletria e 3 tipos de legumes | Papa de batata com beterraba e molho de carne | Aletria ao molho sugo com brócolis |

**CARDÁPIO IMA 10/08 a 14/08**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **REFEIÇÕES** | **SEGUNDA-FEIRA** | **TERÇA-FEIRA** | **QUARTA-FEIRA** | **QUINTA-FEIRA** | **SEXTA-FEIRA** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | Biscoito de leite  Chá de camomila | Pão pulmann com requeijão  Suco de maracujá | Bolo de cenoura sem cobertura  Chá de hortelã | Banana em rodelas com farinha de aveia | Frutas  (3 variedades)  Iogurte |
| **Isento de lactose e ovo** | Biscoito Maria Ninfa  Chá de camomila | Pão caseiro com margarina Becel original  Suco de maracujá | Biscoito Maisena Ninfa  Chá de hortelã | Banana em rodelas com farinha de aveia | Frutas  (3 variedades) |
| **Bebês** | Raspinhas de melão | Maçã argentina raspadinha  Água de coco | Banana branca amassada com farinha de aveia | Papa de abacate | Papa de mamão papaia com banana branca |
| **ALMOÇO** | Carne de panela  Arroz/ Feijão  Aipim  Salada de beterraba  Suco de abacaxi com hortelã | Frango ensopado  Arroz integral/ Feijão  Polenta  Salada verde com linhaça  Suco de laranja com limão | Peixe empanado  Arroz/ Feijão  Batata gratinada  Salada de pepino e tomate  Suco de limão | Bife acebolado  Arroz integral/ Feijão  Creme de milho  Salada de repolho  Suco de laranja com couve | Frango assado  Arroz / Feijão  Maionese de batata com cenoura  Suco de abacaxi |
| **Isento de lactose e ovo** | Carne de panela + Arroz + Feijão+ Aipim + Beterraba + Suco de abacaxi com hortelã | Frango ensopado + Arroz integral + Feijão+ Polenta + Salada verde com linhaça + Suco de laranja com limão | Peixe refogadinho + Arroz + Feijão + Batata + Tomate e pepino + Suco de limão | Bife + Arroz integral + Feijão+ Repolho + Suco de laranja com couve | Frango assado + Arroz + Feijão + Batata e cenoura + Suco de abacaxi |
| **Bebês** | Purê de aipim com beterraba e molho de carne | Polenta com abobrinha e molho de frango | Canja de carne | Sopa de frango com aletria e legumes | Papa de batata e cenoura com caldo de feijão |
| **LANCHE DA TARDE** | Pão francês com margarina sem sal e queijo  Suco de limão | Sanduíche de biscoito salgado integral com geleia  Chá de erva-cidreira  Maçã | Frutas  (3 variedades) | Biscoito salgado de gergelim  Leite batido com frutas | Pão integral com requeijão  Suco de laranja com cenoura |
| **Isento de lactose e ovo** | Pão francês com margarina Becel original  Suco de limão | Sanduíche de biscoito Ninfa com geleia  Chá de erva-cidreira | Frutas  (3 variedades) | Biscoito Maria Ninfa  Leite sem lactose batido com frutas | Pão caseiro com margarina Becel original  Suco de laranja com cenoura |
| **Bebês** | Pera argentina raspadinha | Papa de manga | Papa de mamão papaia | Papa de banana branca | Maçã argentina raspadinha  Suco de laranja lima |
| **JANTAR** | Sopa de frango com aletria e legumes | Arroz carreteiro com brócolis | Macarronada | Polenta ao molho sugo | Pizza caseira |
| **Isento de lactose e ovo** | Sopa de frango com aletria de sêmola e legumes | Arroz carreteiro com brócolis | Macarronada (com macarrão de sêmola) | Polenta ao molho sugo | Sopa de carne com aletria de sêmola e legumes |
| **Bebês** | Sopa de frango com aletria e legumes | Arroz papa com molho de carne, brócolis e cenoura | Aletria com molho de carne e abóbora | Polenta ao molho sugo | Sopa de carne com aletria e legumes |

**CARDÁPIO IMA 17/08 a 21/08**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **REFEIÇÕES** | **SEGUNDA-FEIRA** | **TERÇA-FEIRA** | **QUARTA-FEIRA** | **QUINTA-FEIRA** | **SEXTA-FEIRA** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | Rosquinha de polvilho  Suco de laranja | Pão de leite com geleia  Chá de hortelã | Frutas  (3 variedades) | Pão caseiro com margarina sem sal e queijo  Suco de abacaxi | Biscoitos salgado  Suco de frutas |
| **Isento de lactose e ovo** | Biscoito Maria Ninfa  Suco de laranja | Pão caseiro com geleia  Chá de hortelã | Frutas  (3 variedades) | Pão caseiro com margarina Becel original  Suco de abacaxi | Biscoito Maria Ninfa  Suco de frutas |
| **Bebês** | Papa de manga | Pera argentina raspadinha  Suco de laranja lima | Papa de banana branca | Papa de mamão papaia | Maçã argentina raspadinha |
| **ALMOÇO** | Bolo de carne assado  Arroz/ Feijão  Salada de vagem e cenoura cozida  Suco de limão | Carne suína assada  Arroz integral/ Feijão  Batata doce  Salada de beterraba  Suco de laranja | Bife ao tomate  Arroz/ Feijão  Repolho refogado com farofa  Salada de pepino  Suco de abacaxi com horetã | Peito de frango acebolado  Arroz/ Feijão  Espaguete ao molho sugo  Salada de brócolis e couve-flor  Suco de maracujá | Carne de panela com batatas  Arroz integral/ Feijão  Salada de cenoura ralada  Suco de limão e laranja |
| **Isento de lactose e ovo** | Carne moída refogada + Arroz+ feijão+ Vagem e cenoura + Suco de limão | Carne suína assada + Arroz integral + feijão + Batata doce + Beterraba+ Suco de laranja | Bife ao tomate + Arroz + Feijão + Repolho refogado + Pepino + Suco de abacaxi | Peito de frango acebolado + Arroz Feijão + Brócolis e couve-flor + Suco de maracujá | Carne de panela com batatas + Arroz integral + Feijão + Cenoura ralada + Suo de limão e laranja |
| **Bebês** | Canja | Papa de batata doce com beterraba e caldo de feijão | Papa de aipim com cenoura e caldo de feijão | Aletria com brócolis e couve-flor ao molho sugo | Batata e cenoura amassadas com caldo de feijão |
| **LANCHE DA TARDE** | Pão pulmann com requeijão  Chá de maçã | Frutas  (3 variedades) | Bolo de fubá  Chá de camomila | Frutas  (3 variedades) | Biscoitos de leite  Suco de maracujá |
| **Isento de lactose e ovo** | Pão caseiro com margarina Becel original  Chá de maçã | Frutas  (3 variedades) | Biscoito Maizena Ninfa  Chá de camomila | Frutas  (3 variedades) | Biscoitos maria Ninfa  Suco de maracujá |
| **Bebês** | Maçã argentina raspadinha | Papa de mamão papaia e banana | Raspinhas de melão  Água de coco | Banana branca amassada com farinha de aveia | Papa de manga |
| **JANTAR** | Polenta com frango ensopadinho | Macarrão à bolonhesa | Sopa de carne com aletria e legumes | Purê de batata com molho de carne moída | Arroz com frango desfiado, brócolis e cenoura |
| **Isento de lactose e ovo** | Polenta com frango ensopadinho | Macarrão de sêmola à bolonhesa | Sopa de carne com aletria de sêmola e legumes | Purê de batata (sem leite) com molho de carne moída | Arroz com frango desfiado, brócolis e cenoura |
| **Bebês** | Polenta com frango ensopadinho | Aletria com abobrinha e molho de carne | Sopa de carne com aletria e legumes | Creme de batata e abóbora com molho de carne | Arroz papa com frango desfiado, brócolis e cenoura |

**CARDÁPIO IMA 24/08 a 28/08**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **REFEIÇÕES** | **SEGUNDA-FEIRA** | **TERÇA-FEIRA** | **QUARTA-FEIRA** | **QUINTA-FEIRA** | **SEXTA-FEIRA** |
| **LANCHE DA MANHÃ** | Sanduíche de biscoito de gergelim com requeijão  Suco de abacaxi | Pão pulmann com geléia  Chá de camomila | Banana em rodelas com farinha de aveia | Frutas (3 variedades)  Iogurte | **FESTA DOS ANIVERSARIANTES** |
| **Isento de lactose e ovo** | Biscoito Maria Ninfa  Suco de abacaxi | Pão caseiro com geléia  Suco de laranja com cenoura | Banana em rodelas com farinha de aveia  Chá de camomila | Frutas (3 variedades)  Iogurte sem lactose | **FESTA DOS ANIVERSARIANTES** |
| **Bebês** | Raspinhas de melão | Maçã argentina raspadinha | Papa de mamão papaia | Papa de manga | Papa de banana branca com farinha de aveia |
| **ALMOÇO** | Carne moída ensopada  Arroz/ Feijão  Farofa  Salada de beterraba  Suco de limão | Frango assado  Arroz integral/ Feijão  Maionese de batatas com tempero verde  Salada de cenoura ralada  Suco de laranja | Carne bovina de forno  Arroz/ Feijão  Cenoura, brócolis, vagem e couve-flor ao molho branco  Suco de maracujá | Peixe assado com batatas  Arroz integral/ Feijão  Salada de repolho  Suco de limão com laranja | Enroladinho de carne  Arroz/ Feijão  Macarrão soutê  Salada de tomate e pepino  Suco de abacaxi |
| **Isento de lactose e ovo** | Carne moída + Arroz + Feijão+ Beterraba+ Suco de limão | Frango assado + Arroz integral + Feijão+ Batata cozida+ cenoura ralada + Suco de laranja | Carne assada + Arroz + Feijão+ legumes cozidos+ Suco de maracujá | Peixe assado com batatas + Arroz integral + Feijão+ Repolho+ Suco de limão com laranja | Enroladinho de carne + Arroz + feijão+ Tomate e pepino + Suco de abacaxi |
| **Bebês** | Abóbora e abobrinha amassadas com molho de carne | Papa de batata e cenoura com molho de frango | Creme de mandioca com cenoura, couve-flor e caldo de feijão | Canja | Aletria com brócolis e molho de carne |
| **LANCHE DA TARDE** | Pão de leite com margarina sem sal e queijo  Chá de erva-cidreira | Frutas (3 variedades) | Pão caseiro com requeijão  Suco de laranja com cenoura | Biscoitos sortidos  Chá de maçã | **FESTA DOS ANIVERSARIANTES** |
| **Isento de lactose e ovo** | Pão caseiro com margarina Becel original  Chá de erva-cidreira | Frutas (3 variedades) | Pão caseiro com margarina Becel original  Suco de laranja com cenoura | Biscoito Maisena Ninfa  Chá de maçã | **FESTA DOS ANIVERSARIANTES** |
| **Bebês** | Pera argentina raspadinha | Papa de manga e mamão | Papa de banana branca | Raspinhas de melão | Mamão papaia amassado |
| **JANTAR** | Sopa de frango com aletria e legumes | Polenta à bolonhesa | Purê mix (batata e abóbora) com molho de frango | Macarronada | Sopa de frango com batatas e legumes |
| **Isento de lactose e ovo** | Sopa de frango com aletria de sêmola e legumes | Polenta à bolonhesa | Purê mix (batata e abóbora) com molho de frango | Macarronada (com macarrão de sêmola) | Sopa de frango com batatas e legumes |
| **Bebês** | Sopa de frango com aletria e legumes | Polenta com chuchu amassado e molho de carne | Purê mix (batata e abóbora) com molho de frango | Aletria com vagem e molho de carne | Sopa de frango com batatas e legumes |

**OBSERVAÇÕES DO CARDÁPIO:** 1) O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores, sazonalidade e aceitação das crianças. 2) O arroz integral será servido com 50% arroz parboilizado e 50% arroz integral. 3) As sopas para os bebês serão amassadas. 4) No dia que não houver oferta de bebida será servido água. **5**) Para o berçário não haverá adição de nenhum tipo de açúcar nos sucos e chás. 6) Para os maiores, os sucos e os chás, quando houver necessidade, serão adoçados com açúcar mascavo em quantidade moderada. 7) Nos dias mais frios as bebidas serão servidas a temperatura ambiente ou levemente mornas. **NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: Larissa C. I de Zutter.**