



## CARDÁPIO INSTITUTO MÁGICO DA APRENDIZAGEM – Fevereiro 2019

01/02

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Infantil III ao Pré III					Pão integral com requeijão Suco de laranja batido com couve e gengibre
Infantil II					Pão integral com requeijão Suco de laranja batido com couve e gengibre
Infantil I					Manga
Isto de ovo e lactose					Pão caseiro com manteiga ghee Suco de laranja batido com couve e gengibre
<b>ALMOÇO</b> Infantil II ao Pré III					Bolo de carne assado Arroz/ Feijão Cenoura ralada/ Couve-flor
Infantil I					Carne moída ensopada Arroz/ Feijão Cenoura ralada/ Couve-flor
Isto de ovo e lactose					Carne moída ensopada Arroz/ Feijão Cenoura ralada/ Couve-flor
<b>LANCHE DA TARDE</b> Infantil II, Infantil III, Pré I, Pré II, Pré III e Isto de ovo e lactose					Frutas da estação (3 variedades)
Infantil I					Banana
<b>JANTAR</b> Infantil II ao Pré III					Pão quente de frango Suco de frutas
Infantil I					Canja
Isto de ovo e lactose					Canja

FRUTAS DA ÉPOCA - MÊS DE FEVEREIRO: abacate, ameixa, carambola, goiaba, maçã, pera, 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. **NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: Larissa C. I de Zutter. CRN10 – 2127.**



## CARDÁPIO INSTITUTO MÁGICO DA APRENDIZAGEM – Fevereiro 2019

04 a 08/02

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Infantil III ao Pré III	Cookies caseiros Suco integral de uva (sem adição de açúcar)	Pão caseiro com manteiga ghee e ovo mexido Chá da casca do abacaxi com canela	Banana em rodela com canela em pó Iogurte caseiro de coco	Bolo integral de cenoura Chá de camomila	Rosca de polvilho (coruja) com nata Suco de maracujá com espinafre
Infantil II	Cookies caseiros (adoçado com uva passas) Suco integral de uva (sem adição de açúcar)	Pão caseiro com manteiga ghee e ovo mexido Chá da casca do abacaxi com canela	Banana em rodela com canela em pó Iogurte caseiro de coco (adoçado com banana)	Bolo de cenoura sem açúcar Chá de camomila	Rosca de polvilho (coruja) com nata Suco de maracujá com espinafre
Infantil I	Melão	Abacate com banana	Mamão	Papa salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Pera
<b>Isto de ovo e lactose</b>	Biscoito sem leite e ovo Suco integral de uva (sem adição de açúcar)	Pão caseiro com manteiga ghee Chá da casca do abacaxi com canela	Banana em rodela com canela em pó Iogurte sem lactose	Biscoito sem leite e ovo Chá de camomila	Pão caseiro com banana e canela (aquecer) Suco de maracujá com espinafre
<b>ALMOÇO</b> Infantil II ao Pré III	Ovo mexido com açafrão Arroz / Feijão Pepino japonês/ Cenoura cozida	Carne de panela com abóbora Arroz integral/ Aipim cozido Beterraba cozida/ Alface	Frango assado com batata doce Arroz integral / Feijão Cenoura ralada/ Brócolis	Talharim à bolonhesa Repolho/ Beterraba cozida	Peixe assado Arroz integral / Feijão Chuchu com tempero verde/ Tomate
Infantil I	Ovo mexido com açafrão Arroz / Feijão Pepino japonês/ Cenoura cozida	Creme de abóbora e aipim com molho de carne Beterraba cozida/ Alface	Frango assado com batata doce Arroz integral / Feijão Cenoura ralada/ Brócolis	Aletria à bolonhesa Repolho/ Beterraba cozida	Peixe assado Arroz integral / Feijão Chuchu com tempero verde/ Tomate
<b>Isto de ovo e lactose</b>	Frango ensopadinho Arroz / Feijão Pepino japonês/ Cenoura cozida	Carne de panela com abóbora Arroz integral/ Aipim cozido Beterraba cozida/ Alface	Frango assado com batata doce Arroz integral / Feijão Cenoura ralada/ Brócolis	Talharim (sem ovos) à bolonhesa Repolho/ Beterraba cozida	Peixe assado Arroz integral / Feijão Chuchu com tempero verde/ Tomate
<b>LANCHE DA TARDE</b> Infantil II, Infantil III, Pré I, Pré II, Pré III e Isto de ovo e lactose	Frutas da estação (3 variedades)	Frutas da estação (3 variedades)	Frutas da estação (3 variedades)	Frutas da estação (3 variedades)	Frutas da estação (3 variedades)
Infantil I	Mamão	Manga	Banana	Maçã	Melão
<b>JANTAR</b> Infantil II ao Pré III	Espaguete integral à bolonhesa	Sopa de frango com aletria e legumes	Arroz com iscas de carne, quinoa, cenoura e chuchu	Polenta com molho de frango enriquecido com legumes	Pão caseiro com queijo, tomate e orégano (aquecido no forno) Suco de frutas
Infantil I	Macarrão conchinha à bolonhesa	Sopa de frango com aletria e legumes	Arroz com iscas de carne, quinoa, cenoura e chuchu	Polenta com molho de frango enriquecido com legumes	Creme de abóbora e abobrinha com molho de carne
<b>Isto de ovo e lactose</b>	Espaguete integral (sem ovos) à bolonhesa	Sopa de frango com legumes	Arroz com iscas de carne, quinoa, cenoura e chuchu	Polenta com molho de frango enriquecido com legumes	Pão caseiro com manteiga ghee, tomate e orégano (aquecido no forno) Suco de frutas

FRUTAS DA ÉPOCA - MÊS DE FEVEREIRO: abacate, ameixa, carambola, goiaba, maçã, pera, 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 preparações, apenas ervas naturais para temperar. **NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: Larissa C. I de Zutter. CRN10 – 2127.**



## CARDÁPIO INSTITUTO MÁGICO DA APRENDIZAGEM – Fevereiro 2019

11 a 15/02

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Infantil III ao Pré III	Biscoito caseiro de aveia, mel e uva passas Suco de laranja com manga	Pão caseiro de aipim com manteiga ghee e queijo Chá caseiro de maçã com canela	Flocos de milho com leite Fruta: banana e maçã	Torradinha integral com azeite de oliva e manjericão Suco de abacaxi com melão e hortelã	Bolo toalha felpuda Chá de erva-cidreira
Infantil II	Biscoito caseiro de aveia e uva passas Suco de laranja com manga	Pão de aipim com manteiga ghee e queijo Chá caseiro de maçã com canela	Flocos de milho com leite Fruta: banana e maçã	Torradinha integral com azeite de oliva e manjericão Suco de abacaxi com melão e hortelã	Bolo de laranja sem açúcar Chá de erva-cidreira
Infantil I	Mamão	Banana	Maçã	Manga com laranja	Pera
<b>Isento de ovo e lactose</b>	Biscoito sem leite e ovo Suco de laranja com manga	Pão caseiro de aipim com manteiga ghee Chá caseiro de maçã com canela	Flocos de milho com leite sem lactose Fruta: banana e maçã	Torradinha integral com azeite de oliva e manjericão Suco de abacaxi com melão e hortelã	Biscoito sem leite e ovo Chá de erva-cidreira
<b>ALMOÇO</b> Infantil II ao Pré III	Ovo cozido Arroz integral / Feijão Cenoura cozida em palitos/ Pepino com gergelim	Frango ensopado Arroz/ Polenta Tomate/ Couve-flor	Bife acebolado Arroz integral/ Feijão Beterraba cozida/ Repolho	Carne suína aom molho de tomate com ervilhas Arroz/ Batata doce Cenoura ralada/ Brócolis	Frango assado Arroz integral/ Feijão Beterraba cozida/ Pepino japonês
Infantil I	Ovo cozido Arroz integral / Feijão Cenoura cozida em palitos/ Pepino com gergelim	Frango ensopado Polenta Tomate/ Couve-flor	Carne moída ensopada Arroz integral/ Feijão Beterraba cozida/ Repolho	Carne suína aom molho de tomate com ervilhas Arroz/ Batata doce Cenoura ralada/ Brócolis	Frango assado e desfiado Arroz integral/ Feijão Beterraba cozida/ Pepino japonês
<b>Isento de ovo e lactose</b>	Picadinho de carne Arroz integral / Feijão Cenoura cozida em palitos/ Pepino com gergelim	Frango ensopado Arroz/ Polenta Tomate/ Couve-flor	Bife acebolado Arroz integral/ Feijão Beterraba cozida/ Repolho	Carne suína aom molho de tomate com ervilhas Arroz/ Batata doce Cenoura ralada/ Brócolis	Frango assado Arroz integral/ Feijão Beterraba cozida/ Pepino japonês
<b>LANCHE DA TARDE</b> Infantil II, Infantil III, Pré I, Pré II, Pré III e Isento de ovo e lactose	Frutas da estação (3 variedades)	Frutas da estação (3 variedades)	Frutas da estação (3 variedades)	Frutas da estação (3 variedades)	Frutas da estação (3 variedades)
Infantil I	Banana	Papa amarela (manga, laranja e cenoura)	Abacate com banana	Abacaxi	Mamão
<b>JANTAR</b> Infantil II ao Pré III	Arroz com carne moída e abóbora	Sopa de lentilha com carne e legumes	Parafuso ao molho sugo	Polenta à bolonhesa	Pão de X com hambúrguer caseiro de carne, alface e tomate Suco de frutas
Infantil I	Arroz com carne moída e abóbora	Sopa de lentilha com carne e legumes	Aletria ao molho sugo	Polenta à bolonhesa	Canja
<b>Isento de ovo e lactose</b>	Arroz com carne moída e abóbora	Sopa de lentilha com carne e legumes	Parafuso (sem ovos) ao molho sugo	Polenta à bolonhesa	Canja

FRUTAS DA ÉPOCA - MÊS DE FEVEREIRO: abacate, ameixa, carambola, goiaba, maçã, pera, 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. **NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: Larissa C. I. de Zutter.CRN10 – 2127.**



## CARDÁPIO INSTITUTO MÁGICO DA APRENDIZAGEM – Fevereiro 2019

18 a 22/02

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Infantil III ao Pré III	Cookies caseiros com castanha Suco integral de maçã sem adição de açúcar	Pão integral com creme de ricota Água saborizada	Frutas: abacaxi, banana e laranja Leite batido com cacau e chocolate 50%	Pão caseiro de batata com requeijão caseiro Suco de maracujá, melão e laranja	Bolo de cenoura e laranja Chá de erva-doce
Infantil II	Cookies caseiros com castanha (adoçado com uva passas) Suco integral de maçã sem adição de açúcar	Pão integral com creme de ricota Água saborizada	Frutas: abacaxi, banana e laranja Leite batido com cacau e banana	Pão caseiro de batata com requeijão caseiro Suco de maracujá, melão e laranja	Bolo de cenoura e laranja sem açúcar Chá de erva-doce
Infantil I	Banana	Mamão com banana	Manga	Banana com maçã	Mamão com laranja
<b>Isento de ovo e lactose</b>	Biscoito sem leite e ovo Suco integral de maçã sem adição de açúcar	Pão caseiro integral com mel Água saborizada	Frutas: abacaxi, banana e laranja Leite sem lactose batido com cacau e banana	Pão caseiro de batata com manteiga ghee Suco de maracujá, melão e laranja	Biscoito sem leite e ovo Chá de erva-doce
<b>ALMOÇO</b> Infantil II ao Pré III	Omelete com brócolis e mussarela Arroz/ Feijão Tomate/ Chuchu com tempero verde	Enroladinho de carne Espaguete com orégano/ Farofa de aveia Cenoura ralada/ Grão de bico na manteiga ghee	Frango com brócolis, tomate e pimentões Arroz integral/ Feijão Pepino japonês/ Beterraba cozida	Estrogonofe de carne Arroz/ Batata gratinada com azeite de oliva e açafrão Cenoura cozida/ Repolho	Pastelão de frango com milho, ervilha e cenoura Arroz integral/ Feijão Tomate/ Brócolis
Infantil I	Omelete com brócolis Arroz/ Feijão Tomate/ Chuchu com tempero verde	Enroladinho de carne Aletria com orégano/ Farofa de aveia Cenoura ralada/ Grão de bico	Frango com brócolis, tomate e pimentões Arroz integral/ Feijão Pepino japonês/ Beterraba cozida	Picadinho de carne Arroz/ Batata gratinada com azeite de oliva e açafrão Cenoura cozida/ Repolho	Frango ensopado com milho, ervilha e cenoura Arroz integral/ Feijão Tomate/ Brócolis
<b>Isento de ovo e lactose</b>	Frango refogado Arroz/ Feijão Tomate/ Chuchu com tempero verde	Enroladinho de carne Espaguete (sem ovos) com orégano/ Farofa de aveia Cenoura ralada/ Grão de bico	Frango com brócolis, tomate e pimentões Arroz integral/ Feijão Pepino japonês/ Beterraba cozida	Picadinho de carne Arroz/ Batata gratinada com azeite de oliva e açafrão Cenoura cozida/ Repolho	Frango ensopado com milho, ervilha e cenoura Arroz integral/ Feijão Tomate/ Brócolis
<b>LANCHE DA TARDE</b> Infantil II, Infantil III, Pré I, Pré II, Pré III e Isento de ovo e lactose	Frutas da estação (3 variedades)	Frutas da estação (3 variedades)	Frutas da estação (3 variedades)	Frutas da estação (3 variedades)	Frutas da estação (3 variedades)
Infantil I	Manga	Melão	Papa salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Pera	Banana
<b>JANTAR</b> Infantil II ao Pré III	Talharim com molho de carne moída enriquecido	Arroz com quinoa, frango, ervilha, cenoura e chuchu	Polenta ao molho sugo	Feijão com iscas de carne e legumes + arroz	Bauru (Pão integral com queijo, tomate e orégano – aquecido no forno) Suco de frutas
Infantil I	Aletria com molho de carne moída enriquecido	Arroz com quinoa, frango, ervilha, cenoura e chuchu	Polenta ao molho sugo	Feijão com iscas de carne e legumes + arroz	Canja de carne
<b>Isento de ovo e lactose</b>	Talharim (sem ovos) com molho de carne moída enriquecido	Arroz com quinoa, frango, ervilha, cenoura e chuchu	Polenta ao molho sugo	Feijão com iscas de carne e legumes + arroz	Canja de carne

FRUTAS DA ÉPOCA - MÊS DE FEVEREIRO: abacate, ameixa, carambola, goiaba, maçã, pera, 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. **NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: Larissa C. I de Zutter.CRN10 – 2127.**



## CARDÁPIO INSTITUTO MÁGICO DA APRENDIZAGEM – Fevereiro 2019

25 a 28/02

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Infantil III ao Pré III	Bolinhas de polvilho Suco de manga e laranja	Pão caseiro com manteiga ghee e queijo Chá da casca do abacaxi	Bolo de banana sem açúcar Chá de melissa	Pão integral com requeijão Suco de laranja batido com couve e gengibre	
<b>Infantil II</b>	Bolinhas de polvilho Suco de manga e laranja	Pão caseiro com manteiga ghee e queijo Chá da casca do abacaxi	Bolo de banana sem açúcar Chá de melissa	Pão integral com requeijão Suco de laranja batido com couve e gengibre	
<b>Infantil I</b>	Pera	Papa amarela (manga, laranja e cenoura)	Abacate com banana	Manga	
<b>Isento de ovo e lactose</b>	Biscoito sem leite e ovo Suco de manga e laranja	Pão caseiro com manteiga ghee Chá da casca do abacaxi	Frutas (banana e maçã) Chá de melissa	Pão integral caseiro com mel Suco de laranja batido com couve e gengibre	
<b>ALMOÇO</b> Infantil II ao Pré III	Ovo mexido com cenoura e gergelim Arroz integral/ Feijão Repolho refogado/ Tomate	Carne moída ensopada com legumes Arroz/ Purê de batata Cenoura ralada/ Beterraba cozida	Frango enfarofado Arroz integral/ Feijão Brócolis, couve-flor e cenoura cozidos	Carne de panela Nhoque de batata doce na manteiga ghee/ Arroz Alface/ Beterraba cozida	
<b>Infantil I</b>	Ovo mexido com cenoura e gergelim Arroz integral/ Feijão Repolho refogado/ Tomate	Carne moída ensopada com legumes Arroz/ Purê de batata Cenoura ralada/ Beterraba cozida	Frango enfarofado Arroz integral/ Feijão Brócolis, couve-flor e cenoura cozidos	Carne de panela Batata doce cozida Alface/ Beterraba cozida	
<b>Isento de ovo e lactose</b>	Refogadinho de frango com legumes Arroz integral/ Feijão Repolho refogado/ Tomate	Carne moída ensopada com legumes Arroz/ Purê de batata Cenoura ralada/ Beterraba cozida	Frango enfarofado Arroz integral/ Feijão Brócolis, couve-flor e cenoura cozidos	Carne de panela Batata doce cozida Alface/ Beterraba cozida	
<b>LANCHE DA TARDE</b> Infantil II, Infantil III, Pré I, Pré II, Pré III e Isento de ovo e lactose	Frutas da estação (3 variedades)	Frutas da estação (3 variedades)	Frutas da estação (3 variedades)	Frutas da estação (3 variedades)	
<b>Infantil I</b>	Abacaxi	Banana	Melão	Mamão com laranja	
<b>JANTAR</b> Infantil II ao Pré III	Polenta à bolonhesa	Sopa de frango com macarrão argolinha e legumes	Parafuso de farinha de arroz com mini almôndegas ao molho	Sopa de lentilha com frango e legumes	
<b>Infantil I</b>	Polenta à bolonhesa	Sopa de frango com macarrão argolinha e legumes	Aletria com mini almôndegas ao molho	Sopa de lentilha com frango e legumes	
<b>Isento de ovo e lactose</b>	Polenta à bolonhesa	Sopa de frango com arroz e legumes	Parafuso de farinha de arroz (sem ovo) com mini almôndegas ao molho (sem ovo)	Sopa de lentilha com frango e legumes	

FRUTAS DA ÉPOCA - MÊS DE FEVEREIRO: abacate, ameixa, carambola, goiaba, maçã, pera, 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. **NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: Larissa C. I de Zutter.CRN10 – 2127.**