**01/06 A 02/06**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| **LANCHE DA MANHÃ**Prés |  |  |  | **Torradinha com manteiga e ervas****Suco de laranja com cenoura** | **Bolo de banana e cacau****Chá de erva-doce** |
| Infantil II e III |  |  |  | **Torradinha com manteiga e ervas****Suco de laranja com cenoura** | **Bolo de banana e cacau sem açúcar****Chá de erva-doce** |
| Infantil I |  |  |  | **Banana** | **Maçã** |
| Isento de glúten, leite e ovos |  |  |  | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** |
| **ALMOÇO**Infantil II ao Pré III |  |  |  | **Carne de panela com abóbora****Arroz integral/ Milho cozido****Repolho/ Beterraba cozida** | **Bolo de carne assado****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Brócolis** |
| Infantil I |  |  |  | **Carne de panela com abóbora****Purê de abóbora****Repolho/ Beterraba cozida** | **Bolo de carne assado****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Brócolis** |
| Isento de glúten, leite e ovos |  |  |  | **Carne de panela com abóbora****Arroz integral/ Milho cozido****Repolho/ Beterraba cozida** | **Carne moída refogadinha****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Brócolis** |
| **LANCHE DA TARDE**Infantil II, Infantil IIII, Pré I, Pré II, Pré III e Isento de glúten, leite e ovos |  |  |  | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** |
| Infantil I |  |  |  | **Mamão** | **Melão** |
| **JANTAR** - Infantil II ao Pré III  |  |  |  | **Sopinha de feijão com arroz e legumes** | **Canja** |
| Infantil I |  |  |  | **Sopinha de feijão com arroz e legumes** | **Canja** |
| Isento de glúten, leite e ovos |  |  |  | **Sopinha de feijão com arroz e legumes** | **Canja** |

**05/06 a 09/06**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| **LANCHE DA MANHÃ**Prés | **Cookies de chocolate****Leite batido com banana e canela** | **Queijo-quente****Suco integral de uva** | **Bolo mesclado de cenoura e cacau****Chá de erva-cidreira** | **FERIADO** | **PLANTÃO** |
| Infantil II e III | **Cookies de uva-passas sem açúcar****Leite batido com banana e canela** | **Queijo-quente****Suco integral de uva** | **Bolo mesclado de cenoura e cacau sem açúcar****Chá de erva-cidreira** | **FERIADO** | **PLANTÃO** |
| Infantil I | **Melão** | **Manga** | **Mamão** | **FERIADO** | **PLANTÃO** |
| Isento de glúten, leite e ovos | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **FERIADO** | **PLANTÃO** |
| **ALMOÇO**Infantil II ao Pré III | **Ovo mexido sabor pizza (parmesão, tomate e orégano)****Arroz integral/ Feijão****Pepino japonês/ Cenoura cozida** | **Carne de panela com abóbora****Arroz integral/ Aipim cozido****Repolho com chia/ Beterraba cozida** | **Lombo suíno assado****Arroz integral/ Feijão****Maionese de batatas (sem óleo)****Cenoura ralada** | **FERIADO** | **PLANTÃO** |
| Infantil I | **Ovo mexido sabor pizza (tomate e orégano)****Arroz integral/ Feijão****Pepino japonês/ Cenoura cozida** | **Carne de panela****Purê de aipim e abóbora****Repolho com chia/ Beterraba cozida** | **Lombo suíno assado****Arroz integral/ Feijão****Cenoura ralada** | **FERIADO** | **PLANTÃO** |
| Isento de glúten, leite e ovos | **Arroz integral/ Feijão****Pepino japonês/ Cenoura cozida** | **Carne de panela com abóbora****Arroz integral/ Aipim cozido****Repolho com chia/ Beterraba cozida** | **Lombo suíno assado****Arroz integral/ Feijão****Cenoura ralada** | **FERIADO** | **PLANTÃO** |
| **LANCHE DA TARDE**Infantil II, Infantil IIII, Pré I, Pré II, Pré III e Isento de glúten, leite e ovos | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **FERIADO** | **PLANTÃO** |
| Infantil I | **Banana** | **Maçã** | **Manga** | **FERIADO** | **PLANTÃO** |
| **JANTAR** - Infantil II ao Pré III  | **Sopa de ervilha partida com macarrão de letrinhas e legumes** | **Frango desfiado e ensopado com legumes****Polenta** | **Espaguete de farinha de arroz à bolonhesa** | **FERIADO** | **PLANTÃO** |
| Infantil I | **Sopa de ervilha partida com macarrão de letrinhas e legumes** | **Frango desfiado e ensopado com legumes****Polenta** | **Aletria à bolonhesa** | **FERIADO** | **PLANTÃO** |
| Isento de glúten, leite e ovos | **Sopa de ervilha partida com legumes** | **Frango desfiado e ensopado com legumes****Polenta** | **Espaguete de farinha de arroz à bolonhesa** | **FERIADO** | **PLANTÃO** |

**12/06 a 16/06**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira  |
| **LANCHE DA MANHÃ**Prés | **Torradinha integral caseira com azeite de oliva e ervas****Suco integral de uva** | **Pão de queijo multigrãos****Chá de abacaxi, cravo e canela** | **Pão caseiro de batata doce com banana e canela****Iogurte natural batido com mamão** | **Bolo de milho****Chá de camomila** | **Pão integral com creme de ricota****Suco de maracujá** |
| **Infantil II e III** | **Torradinha integral caseira com azeite de oliva e ervas****Suco integral de uva** | **Pão de queijo multigrãos****Chá de abacaxi, cravo e canela** | **Pão caseiro de batata doce com banana e canela****Iogurte natural batido com mamão** | **Bolo de milho sem açúcar****Chá de camomila** | **Pão integral com creme de ricota****Suco de maracujá** |
| **Infantil I** | **Maçã** | **Banana** | **Melão** | **Mamão** | **Manga** |
| **Isento de glúten, leite e ovos** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** |
| **ALMOÇO****Infantil II ao Pré III** | **Ovo mexido****Arroz integral/ Feijão****Pepino e tomate picadinhos** | **Molho bolonhesa****Parafuso de farinha de arroz (sem glúten)/ Bolinho de arroz multigrãos****Cenoura ralada/ Beterraba cozida** | **Sobrecoxa assada****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Repolho refogado** | **Picadinho de carne****Arroz/ Farofa nutritiva****Cenoura ralada/ Chuchu** | **Iscas de frango aceboladas Arroz integral/ Feijão Tomate/ Beterraba cozida** |
| **Infantil I** | **Ovo mexido****Arroz integral/ Feijão****Pepino e tomate picadinhos** | **Molho bolonhesa****Macarrão argolinha****Cenoura ralada/ Beterraba cozida** | **Sobrecoxa assada****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Repolho refogado** | **Picadinho de carne****Arroz****Cenoura ralada/ Chuchu** | **Iscas de frango aceboladas Arroz integral/ Feijão Tomate/ Beterraba cozida** |
| **Isento de glúten, leite e ovos** | **Arroz integral/ Feijão****Pepino e tomate picadinhos** | **Molho bolonhesa****Parafuso de farinha de arroz (sem glúten e ovos)****Cenoura ralada/ Beterraba cozida** | **Sobrecoxa assada****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Repolho refogado** | **Picadinho de carne****Arroz****Farofa nutritiva****Cenoura ralada/ Chuchu** | **Iscas de frango aceboladas Arroz integral/ Feijão Tomate/ Beterraba cozida** |
| **LANCHE DA TARDE****Infantil II, Infantil IIII, Pré I, Pré II, Pré III e Isento de glúten, leite e ovos** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** |
| **Infantil I** | **Banana** | **Maçã** | **Manga** | **Melão** | **Mamão** |
| **JANTAR - Infantil II ao Pré III**  | **Sopa de lentilha com arroz integral e legumes** | **Canja** | **Polenta à bolonhesa** | **Molho de frango desfiado e ensopado com legumes****Purê de batata**  | **Carne moída com legumes Parafuso** |
| **Infantil I** | **Sopa de lentilha com arroz integral e legumes** | **Canja** | **Polenta à bolonhesa** | **Molho de frango desfiado e ensopado com legumes****Purê de batata** | **Carne moída com legumes Aletria** |
| **Isento de glúten, leite e ovos** | **Sopa de lentilha com arroz integral e legumes** | **Canja** | **Polenta à bolonhesa** | **Molho de frango desfiado e ensopado com legumes****Purê de batata** | **Carne moída com legumes Parafuso sem glúten e ovos** |

**19/06 a 23/06**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| **LANCHE DA MANHÃ**Prés | **Bolachinha amanteigadas** **Leite batido com banana, cacau e mel** | **Pão integral com nata****Suco de abacaxi com hortelã** | **Pãozinho de abóbora com queijo****Água****Banana** | **Pão caseiro com creme de ricota****Suco de laranja com cenoura** | **Bolo de limão****Chá de erva-doce** |
| Infantil II e III | **Bolachinha amanteigadas sem açúcar****Leite batido com banana e cacau** | **Pão integral com nata****Suco de abacaxi com hortelã** | **Pãozinho de abóbora com queijo****Água****Banana** | **Pão caseiro com creme de ricota****Suco de laranja com cenoura** | **Bolo de limão****Chá de erva-doce** |
| Infantil I | **Maçã** | **Manga** | **Banana** | **Mamão** | **Melão** |
| Isento de glúten, leite e ovos | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** |
| **ALMOÇO**Infantil II ao Pré III | **Ovo mexido com manteiga e tempero verde****Arroz integral/ Feijão****Cenoura ralada/ Chuchu** | **Almôndegas nutritivas de carne ao molho de tomate****Espaguete/ Cenoura em rodelinhas assadas com azeite de oliva e ervas****Alface americana/ Beterraba cozida** | **Panqueca de espinafre recheada com frango****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Cenoura cozida** | **Carne de panela com abóbora****Arroz integral/ Milho cozido****Repolho/ Beterraba cozida** | **Carne suína assada****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Brócolis** |
| Infantil I | **Ovo mexido com tempero verde****Arroz integral/ Feijão****Cenoura ralada/ Chuchu** | **Almôndegas nutritivas de carne ao molho de tomate****Aletria/ Cenoura em rodelinhas assadas com azeite de oliva e ervas****Alface americana/ Beterraba cozida** | **Panqueca de espinafre recheada com frango****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Cenoura cozida** | **Carne de panela com abóbora****Purê de abóbora****Repolho/ Beterraba cozida** | **Carne suína assada****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Brócolis** |
| Isento de glúten, leite e ovos | **Arroz integral/ Feijão****Cenoura ralada/ Chuchu** | **Carne moída ao molho de tomate****Espaguete sem glúten e ovos/ Cenoura em rodelinhas assadas com azeite de oliva e ervas****Alface americana/ Beterraba cozida** | **Frango refogadinho****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Cenoura cozida** | **Carne de panela com abóbora****Arroz integral/ Milho cozido****Repolho/ Beterraba cozida** | **Carne suína assada****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Brócolis** |
| **LANCHE DA TARDE**Infantil II, Infantil IIII, Pré I, Pré II, Pré III e Isento de glúten, leite e ovos | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** |
| Infantil I | **Melão** | **Mamão** | **Manga** | **Banana** | **Maçã** |
| **JANTAR** - Infantil II ao Pré III  | **Lentilha com legumes****Arroz integral com quinoa** | **Frango desfiado e ensopado com legumes****Polenta** | **Picadinho de carne com legumesParafuso**  | **Sopinha de feijão com arroz e legumes** | **Canja** |
| Infantil I | **Lentilha com legumes****Arroz integral com quinoa** | **Frango desfiado e ensopado com legumes****Polenta** | **Picadinho de carne com legumesMacarrão conchinha** | **Sopinha de feijão com arroz e legumes** | **Canja** |
| Isento de glúten, leite e ovos | **Lentilha com legumes****Arroz integral com quinoa** | **Frango desfiado e ensopado com legumes****Polenta** | **Picadinho de carne com legumesParafuso sem glúten e ovos** | **Sopinha de feijão com arroz e legumes** | **Canja** |

**26/06 a 30/06**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| **LANCHE DA MANHÃ**Prés | **Torradinha integral caseira com azeite de oliva e ervas****Suco integral de uva** | **Pão de queijo de liquidificador****Chá de abacaxi, cravo e canela** | **Pão caseiro de batata dcom nata****Iogurte natural batido com mamão** | **Bolo de cenoura e laranja****Chá de camomila** | **Pão integral com creme de ricota****Suco de laranja** |
| Infantil II e III | **Torradinha integral caseira com azeite de oliva e ervas****Suco integral de uva** | **Pão de queijo de liquidificador****Chá de abacaxi, cravo e canela** | **Pão caseiro de batata doce com nata****Iogurte natural batido com mamão** | **Bolo de cenoura e laranja****sem açúcar****Chá de camomila** | **Pão integral com creme de ricota****Suco de laranja** |
| Infantil I | **Maçã** | **Banana** | **Melão** | **Mamão** | **Manga** |
| Isento de glúten, leite e ovos | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** |
| **ALMOÇO**Infantil II ao Pré III | **Ovo estalado****Arroz integral/ Feijão****Pepino e tomate picadinhos** | **Estrogonofe de carne****Arroz integral/ Batata doce assado com azeite de oliva e ervas****Cenoura ralada/ Beterraba cozida** | **Sobrecoxa assada****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Repolho refogado** | **Carne de panela com batatas****Arroz/ Farofa nutritiva****Cenoura ralada/ Chuchu** | **Picadinho de frango acebolado Arroz integral/ Feijão Tomate/ Beterraba cozida** |
| Infantil I | **Ovo estalado****Arroz integral/ Feijão****Pepino e tomate picadinhos** | **Picadinho de carne****Purê de batata****Cenoura ralada/ Beterraba cozida** | **Sobrecoxa assada****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Repolho refogado** | **Carne de panela com batatas****Arroz****Cenoura ralada/ Chuchu** | **Picadinho de frango acebolado Arroz integral/ Feijão Tomate/ Beterraba cozida** |
| Isento de glúten, leite e ovos | **Arroz integral/ Feijão****Pepino e tomate picadinhos** | **Picadinho de carne****Arroz integral/ Batata doce assado com azeite de oliva e ervas****Cenoura ralada/ Beterraba cozida** | **Sobrecoxa assada****Arroz integral/ Feijão****Tomate/ Repolho refogado** | **Carne de panela com batatas****Arroz****Farofa nutritiva****Cenoura ralada/ Chuchu** | **Picadinho de frango acebolado Arroz integral/ Feijão Tomate/ Beterraba cozida** |
| **LANCHE DA TARDE**Infantil II, Infantil IIII, Pré I, Pré II, Pré III e Isento de glúten, leite e ovos | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** |
| Infantil I | **Banana** | **Maçã** | **Manga** | **Melão** | **Mamão** |
| **JANTAR** - Infantil II ao Pré III  | **Sopa de lentilha com arroz integral e legumes** | **Canja** | **Polenta à bolonhesa** | **Sopa de feijão com arroz e legumes**  | **Carne moída com legumes Parafuso** |
| Infantil I | **Sopa de lentilha com arroz integral e legumes** | **Canja** | **Polenta à bolonhesa** | **Sopa de feijão com arroz e legumes** | **Carne moída com legumes Aletria** |
| Isento de glúten, leite e ovos | **Sopa de lentilha com arroz integral e legumes** | **Canja** | **Polenta à bolonhesa** | **Sopa de feijão com arroz e legumes** | **Carne moída com legumes Parafuso sem glúten e ovos** |