**02/03 a 06/03**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda-feira** | **Terça-feira** | **Quarta-feira** | **Quinta-feira** | **Sexta-feira** |
| **LANCHE DA MANHÃ**  **Pré I, II e III** | **Biscoito integral salgado e orgânico com manteiga ghee e queijo**  **Suco de uva batido com ora-pro-nóbis** | **Pão caseiro de batata creme de ricota**  **Chá de erva-doce**  **Fruta: banana com canela em pó** | **Frutas (maçã e manga)**  **Iogurte caseiro adoçado com mel**  **Granola sem adição de açúcar** | **Torradinha integral com azeite de oliva e manjericão**  **Suco de laranja batido com couve** | **Bolo mescladinho**  **Chá de erva-cidreira**  **Fruta: mamão** |
| **Infantil II e III** | **Biscoito integral salgado e orgânico com manteiga ghee e queijo**  **Suco de uva batido com ora-pro-nóbis** | **Pão caseiro de batata creme de ricota**  **Chá de erva-doce**  **Fruta: banana com canela em pó** | **Frutas (maçã e manga)**  **Iogurte caseiro adoçado com banana**  **Granola sem adição de açúcar** | **Torradinha integral com azeite de oliva e manjericão**  **Suco de laranja batido com couve** | **Bolo mescladinho (adoçado com uva passas)**  **Chá de erva-cidreira**  **Fruta: mamão** |
| **Infantil I** | **Melão** | **Manga** | **Maçã cozida com canela** | **Papa amarela (mamão, manga e cenoura)** | **Banana** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Biscoito sem ovo e lactose**  **Suco de uva batido com ora-pro-nóbis** | **Pão caseiro com manteiga ghee**  **Chá de erva-doce**  **Fruta: banana com canela em pó** | **Frutas (maçã e manga)**  **Iogurte sem lactose**  **Granola sem adição de açúcar** | **Torradinha integral com azeite de oliva e manjericão**  **Suco de laranja batido com couve** | **Biscoito sem ovo e lactose**  **Chá de erva-cidreira**  **Fruta: mamão** |
| **ALMOÇO**  **Infantil II ao Pré III** | **Ovo mexido com tempero verde**  **Arroz integral/ Feijão**  **Cenoura cozida/ Pepino com gergelim** | **Espaguete (de farinha de arroz) à bolonhesa**  **Opção: arroz**  **Beterraba cozida/ Alface** | **Frango enrafofado**  **Arroz integral/ Feijão**  **Brócolis/ Cenoura ralada** | **Cubinhos de carne ao molho com legumes**  **Arroz/ Batata doce ao forno**  **Vagem/ Tomate** | **Iscas de carne suína aceboladas**  **Arroz integral/ Feijão**  **Couve-flor/ Cenoura ralada** |
| **Infantil I** | **Ovo mexido com tempero verde**  **Arroz integral/ Feijão**  **Cenoura cozida/ Pepino com gergelim** | **Aletria à bolonhesa**  **Beterraba cozida/ Alface** | **Frango refogadinho**  **Arroz integral/ Feijão**  **Brócolis/ Cenoura ralada** | **Cubinhos de carne ao molho com legumes**  **Arroz/ Batata doce cozida**  **Vagem/ Tomate** | **Iscas de carne suína aceboladas**  **Arroz integral/ Feijão**  **Couve-flor/ Cenoura ralada** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Refogadinho de frango**  **Arroz integral/ Feijão**  **Cenoura cozida/ Pepino com gergelim** | **Espaguete (sem ovos) à bolonhesa**  **Opção: arroz**  **Beterraba cozida/ Alface** | **Frango enrafofado**  **Arroz integral/ Feijão**  **Brócolis/ Cenoura ralada** | **Cubinhos de carne ao molho com legumes**  **Arroz/ Batata doce ao forno**  **Vagem/ Tomate** | **Iscas de carne suína aceboladas**  **Arroz integral/ Feijão**  **Couve-flor/ Cenoura ralada** |
| **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** | **Abacate com laranja** | **Mamão** | **Manga** | **Abacaxi** |
| **JANTAR - Infantil II ao Pré III** | **Polenta + iscas de carne com legumes** | **Risoto (arroz, quinoa e legumes)** | **Sopa de carne com macarrão de letrinhas e legumes** | **Arroz + feijão com iscas de carne e legumes**  **Laranja picadinha** | **Parafuso + molho de frango desfiago com legumes** |
| **Infantil I** | **Polenta + iscas de carne com legumes** | **Risoto (arroz, quinoa e legumes)** | **Sopa de carne com macarrão de letrinhas e legumes** | **Arroz + feijão com iscas de carne e legumes**  **Laranja picadinha** | **Parafuso + molho de frango desfiago com legumes** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Polenta + iscas de carne com legumes** | **Risoto (arroz, quinoa e legumes)** | **Sopa de carne com macarrão (sem ovos) e legumes** | **Arroz + feijão com iscas de carne e legumes**  **Laranja picadinha** | **Parafuso sem ovos + molho de frango desfiago com legumes** |

**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) Os pães serão feitos na escola e sem ovos 6) No almoço e jantar será servido água. 7) Não será utilizado açúcar branco, quando houver necessidade de adoçar as preparações, será utilizado mel, tâmaras, uvas passas, açúcar demerara OU mascavo (COM MODERAÇÃO). 8) Os molhos serão preparados com tomates frescos , legumes e temperos naturais. 9) Não será utilizado sal refinado nas preparações, o mesmo será substituído por sal de ervas e outros temperos naturais. 10) O cardápio do Infantil I é isento de sal, açúcar, leite e derivados. 11) O cardápio do Infantil II é isento de açúcar. 12) 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. 13) 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**

**09/03 a 13/03**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda-feira** | **Terça-feira** | **Quarta-feira** | **Quinta-feira** | **Sexta-feira** |
| **LANCHE DA MANHÃ**  **Pré I, II e III** | **Rosquinha de polvilho**  **Leite batido com cacau da nutri e banana** | **Pão integral com creme de queijo caseiro**  **Suco de manga** | **Torradinha com manteiga ghee e orégano**  **Chá caseiro de abacaxi com canela** | **Pãozinho de ricota com chia**  **Suco de maracujá com espinafre** | **Bolo integral de laranja**  **Chá de camomila** |
| **Infantil II e III** | **Rosquinha de polvilho**  **Leite batido com cacau e banana** | **Pão integral com creme de queijo caseiro**  **Suco de manga** | **Torradinha com manteiga ghee e orégano**  **Chá caseiro de abacaxi com canela** | **Pãozinho de ricota com chia**  **Suco de maracujá com espinafre** | **Bolo integral de laranja (adoçado com uva passas)**  **Chá de camomila** |
| **Infantil I** | **Manga** | **Abacate com laranja** | **Mamão** | **Banana** | **Abacaxi** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Rosquinha de polvilho (sem ovo e lactose)**  **Leite batido com cacau da nutri e banana** | **Pão integral com melado**  **Suco de manga** | **Torradinha com manteiga ghee e orégano**  **Chá caseiro de abacaxi com canela** | **Pãozinho de ricota com chia**  **Suco de maracujá com espinafre** | **Biscoito sem ovo e lactose**  **Chá de camomila** |
| **ALMOÇO**  **Infantil II ao Pré III** | **Ovo cozido**  **Arroz integral/ Feijão**  **Cenoura cozida/ Tomate** | **Frango ao molho branco com brócolis e cenoura**  **Arroz/ Batata gratinada com ervas**  **Milho e ervilha/ Pepino japonês** | **Peixe empanado na farinha de arroz e assado**  **Arroz integral/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Repolho** | **Iscas de carne ensopadas com abóbora**  **Polenta/ Bolinho de arroz com couve (assado)**  **Brócolis/ Cenoura ralada** | **Frango assado**  **Arroz/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Tomate com farinha de linhaça dourada** |
| **Infantil I** | **Ovo cozido**  **Arroz integral/ Feijão**  **Cenoura cozida/ Tomate** | **Frango com brócolis e cenoura**  **Purê de batata**  **Ervilha/ Pepino japonês** | **Peixe refogadinho**  **Arroz integral/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Repolho** | **Iscas de carne ensopadas com abóbora**  **Polenta**  **Brócolis/ Cenoura ralada** | **Frango assado**  **Arroz/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Tomate com farinha de linhaça dourada** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Carne refogadinha**  **Arroz integral/ Feijão**  **Cenoura cozida/ Tomate** | **Frango com brócolis e cenoura**  **Purê de batata**  **Ervilha/ Pepino japonês** | **Peixe refogadinho**  **Arroz integral/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Repolho** | **Iscas de carne ensopadas com abóbora**  **Polenta**  **Brócolis/ Cenoura ralada** | **Frango assado**  **Arroz/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Tomate com farinha de linhaça dourada** |
| **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** | **Melão** | **Manga** | **Maçã cozida com canela** | **Papa amarela (mamão, manga e cenoura)** | **Banana** |
| **JANTAR - Infantil II ao Pré III** | **Polenta ao molho sugo** | **Canja de carne** | **Arroz + molho bolonhesa com vagem e abóbora** | **Lentilha com frango e cenoura + arroz com açafrão** | **Espaguete integral à bolonhesa** |
| **Infantil I** | **Polenta ao molho sugo** | **Canja de carne** | **Arroz + molho bolonhesa com vagem e abóbora** | **Lentilha com frango e cenoura + arroz com açafrão** | **Aletria à bolonhesa** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Polenta ao molho sugo** | **Canja de carne** | **Arroz + molho bolonhesa com vagem e abóbora** | **Lentilha com frango e cenoura + arroz com açafrão** | **Espaguete (sem ovos) à bolonhesa** |

**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) Os pães serão feitos na escola e sem ovos 6) No almoço e jantar será servido água. 7) Não será utilizado açúcar branco, quando houver necessidade de adoçar as preparações, será utilizado mel, tâmaras, uvas passas, açúcar demerara OU mascavo (COM MODERAÇÃO). 8) Os molhos serão preparados com tomates frescos , legumes e temperos naturais. 9) Não será utilizado sal refinado nas preparações, o mesmo será substituído por sal de ervas e outros temperos naturais. 10) O cardápio do Infantil I é isento de sal, açúcar, leite e derivados. 11) O cardápio do Infantil II é isento de açúcar. 12) 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. 13) 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**

**16/03 a 20/03**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda-feira** | **Terça-feira** | **Quarta-feira** | **Quinta-feira** | **Sexta-feira** |
| **LANCHE DA MANHÃ**  **Pré I, II e III** | **Biscoito integral doce e orgânico**  **Chá caseiro de maçã**  **Fruta: melão** | **Pão caseiro com banana e canela**  **Iogurte natural batido com leite e frutas vermelhas** | **Cookies caseiros de cacau**  **Suco de laranja com cenoura** | **Pão caseiro de batata doce com manteiga ghee e ovo cozido**  **Suco de abacaxi com hortelã** | **Bolo de cenoura**  **Chá de erva-doce** |
| **Infantil II e III** | **Biscoito integral salgado e orgânico**  **Chá caseiro de maçã**  **Fruta: melão** | **Pão caseiro com banana e canela**  **Iogurte natural batido com leite, frutas vermelhas e banana** | **Cookies caseiros de cacau (adoçado com uva passas)**  **Suco de laranja com cenoura** | **Pão pulmann com manteiga ghee e ovo cozido**  **Suco de abacaxi com hortelã** | **Bolo de cenoura (adoçado com uva passas)**  **Chá de erva-doce** |
| **Infantil I** | **Pera cozida** | **Mamão** | **Danoninho de manga (inhame, banana e manga)** | **Banana** | **Abacate com banana** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Biscoito sem ovo e lactose**  **Chá caseiro de maçã**  **Fruta: melão** | **Pão caseiro com banana e canela**  **Iogurte sem lactose** | **Biscoito sem ovo e lactose**  **Suco de laranja com cenoura** | **Pão caseiro de batata doce com manteiga ghee**  **Suco de abacaxi com hortelã** | **Biscoito sem ovo e lactose**  **Chá de erva-doce** |
| **ALMOÇO**  **Infantil II ao Pré III** | **Ovo mexido com tomate, orégano e parmesão ralado**  **Arroz/ Feijão**  **Cenoura cozida/ Pepino japonês** | **Frango ensopado**  **Polenta assada e gratinada/ Arroz**  **Beterraba cozida/ Tomate** | **Mini hambúrguer nutritivo de carne (assado)**  **Arroz/ Feijão**  **Cenoura, brócolis e couve-flor cozidos** | **Frango aceboladinho**  **Parafuso ao molho de tomate/ Farofa de aveia**  **Repolho refogado/ Cenoura ralada** | **Iscas de carne refogadinhas**  **Arroz integral/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Pepino japonês com gergelim** |
| **Infantil I** | **Ovo mexido com tomate e régano**  **Arroz/ Feijão**  **Cenoura cozida/ Pepino japonês** | **Frango ensopado com legumes**  **Arroz**  **Beterraba cozida/ Tomate** | **Mini hambúrguer nutritivo de carne (assado)**  **Arroz/ Feijão**  **Cenoura, brócolis e couve-flor cozidos** | **Frango aceboladinho**  **Aletria ao molho de tomate**  **Repolho refogado/ Cenoura ralada** | **Iscas de carne refogadinhas**  **Arroz integral/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Pepino japonês com gergelim** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Carne refogadinha**  **Arroz/ Feijão**  **Cenoura cozida/ Pepino japonês** | **Frango ensopado**  **Polenta assada e gratinada/ Arroz**  **Beterraba cozida/ Tomate** | **Mini hambúrguer nutritivo de carne (sem ovo)**  **Arroz/ Feijão**  **Cenoura, brócolis e couve-flor cozidos** | **Frango aceboladinho**  **Parafuso (sem ovos) ao molho de tomate/ Farofa de aveia**  **Repolho refogado/ Cenoura ralada** | **Iscas de carne refogadinhas**  **Arroz integral/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Pepino japonês com gergelim** |
| **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** | **Melão com raspinhas de laranja** | **Banana** | **Maçã** | **Mamão** | **Manga** |
| **JANTAR - Infantil II ao Pré III** | **Sopa de frango com aletria e legumes** | **Arroz integral + iscas de carne com legumes** | **Frango desfiado e ensopado com legumes**  **Polenta** | **Feijão com legumes e iscas de carne + arroz** | **Canja** |
| **Infantil I** | **Sopa de frango com aletria e legumes** | **Arroz integral + iscas de carne com legumes** | **Frango desfiado e ensopado com legumes**  **Polenta** | **Feijão com legumes e iscas de carne + arroz** | **Canja** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Sopa de frango com legumes** | **Arroz integral + iscas de carne com legumes** | **Frango desfiado e ensopado com legumes**  **Polenta** | **Feijão com legumes e iscas de carne + arroz** | **Canja** |

**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) Os pães serão feitos na escola e sem ovos 6) No almoço e jantar será servido água. 7) Não será utilizado açúcar branco, quando houver necessidade de adoçar as preparações, será utilizado mel, tâmaras, uvas passas, açúcar demerara OU mascavo (COM MODERAÇÃO). 8) Os molhos serão preparados com tomates frescos , legumes e temperos naturais. 9) Não será utilizado sal refinado nas preparações, o mesmo será substituído por sal de ervas e outros temperos naturais. 10) O cardápio do Infantil I é isento de sal, açúcar, leite e derivados. 11) O cardápio do Infantil II é isento de açúcar. 12) 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. 13) 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**

**23/03 a 27/03**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda-feira** | **Terça-feira** | **Quarta-feira** | **Quinta-feira** | **Sexta-feira** |
| **LANCHE DA MANHÃ**  **Pré I, II e III** | **Bolinhas de polvilho**  **Leite batido com banana e morango** | **Pão integral com manteiga ghee e queijo**  **Suco de laranja** | **Iogurte caseiro de banana e mel**  **Granola sem açúcar**  **Fruta: manga e maçã** | **Pão caseiro de aipim com creme de queijo caseiro**  **Suco de abacaxi, laranja e hortelã** | **Bolo integral de maçã**  **Chá de erva-cidreira** |
| **Infantil II e III** | **Bolinhas de polvilho**  **Leite batido com banana e morango** | **Pão integral com manteiga ghee e queijo**  **Suco de laranja** | **Iogurte caseiro de banana**  **Granola sem açúcar**  **Fruta: manga e maçã** | **Pão caseiro de aipim com creme de queijo caseiro**  **Suco de abacaxi, laranja e hortelã** | **Bolo integral de maçã (adoçado com uva passas)**  **Chá de erva-cidreira** |
| **Infantil I** | **Melão com raspinhas de laranja** | **Banana** | **Maçã** | **Mamão** | **Manga** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Bolinhas de polvilho (sem ovo e lactose)**  **Leite sem lactose batido com banana e morango** | **Pão integral com manteiga ghee**  **Suco de laranja** | **Iogurte sem lactose**  **Granola sem açúcar**  **Fruta: manga e maçã** | **Pão caseiro de aipim com melado**  **Suco de abacaxi, laranja e hortelã** | **Biscoito sem ovo e lactose**  **Chá de erva-cidreira** |
| **ALMOÇO**  **Infantil II ao Pré III** | **Ovo “estralado” no óleo de coco**  **Arroz integral/ Feijão**  **Cenoura cozida/ Tomate** | **Molho bolonhesa**  **Arroz/ Purê de batata e aipim**  **Brócolis com chia/ Alface americana com tomate cereja** | **Carne suína acebolada**  **Arroz/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Pepino** | **Carreteiro nutritivo (iscas de carne, quinoa, arroz, brócolis e cenoura)**  **Couve-flor/ Tomate com chia** | **Frango assado com batata salsa**  **Arroz integral/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Cenoura ralada** |
| **Infantil I** | **Ovo “estralado” no óleo de coco**  **Arroz integral/ Feijão**  **Cenoura cozida/ Tomate** | **Molho bolonhesa**  **Arroz/ Purê de batata e aipim**  **Brócolis com chia/ Alface americana com tomate cereja** | **Carne suína acebolada**  **Arroz/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Pepino** | **Carreteiro nutritivo (iscas de carne, quinoa, arroz, brócolis e cenoura)**  **Couve-flor/ Tomate com chia** | **Frango assado com batata salsa**  **Arroz integral/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Cenoura ralada** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Frango refogadinho**  **Arroz integral/ Feijão**  **Cenoura cozida/ Tomate** | **Molho bolonhesa**  **Arroz/ Purê de batata e aipim**  **Brócolis com chia/ Alface americana com tomate cereja** | **Carne suína acebolada**  **Arroz/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Pepino** | **Carreteiro nutritivo (iscas de carne, quinoa, arroz, brócolis e cenoura)**  **Couve-flor/ Tomate com chia** | **Frango assado com batata salsa**  **Arroz integral/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Cenoura ralada** |
| **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** | **Pera cozida** | **Mamão** | **Manga com laranja** | **Banana** | **Abacate com banana** |
| **JANTAR - Infantil II ao Pré III** | **Polenta + cubinhos de carne ensopados com abobrinha** | **Risoto (arroz integral, frango e legumes)** | **Lentilha com carne e legumes + arroz** | **Mini almôndegas de frango ao molho de ttmate + espaguete** | **Canja de carne** |
| **Infantil I** | **Polenta + cubinhos de carne ensopados com abobrinha** | **Risoto (arroz integral, frango e legumes)** | **Lentilha com carne e legumes + arroz** | **Mini almôndegas de frango ao molho de tomate + aletria** | **Canja de carne** |
| **Isento de ovo e lactose** | **Polenta + cubinhos de carne ensopados com abobrinha** | **Risoto (arroz integral, frango e legumes)** | **Lentilha com carne e legumes + arroz** | **Mini almôndegas de frango ao molho de tomate + espaguete sem ovos** | **Canja de carne** |

**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) Os pães serão feitos na escola e sem ovos 6) No almoço e jantar será servido água. 7) Não será utilizado açúcar branco, quando houver necessidade de adoçar as preparações, será utilizado mel, tâmaras, uvas passas, açúcar demerara OU mascavo (COM MODERAÇÃO). 8) Os molhos serão preparados com tomates frescos , legumes e temperos naturais. 9) Não será utilizado sal refinado nas preparações, o mesmo será substituído por sal de ervas e outros temperos naturais. 10) O cardápio do Infantil I é isento de sal, açúcar, leite e derivados. 11) O cardápio do Infantil II é isento de açúcar. 12) 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. 13) 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**

**30/03 a 31/03**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda-feira** | **Terça-feira** | | **Quarta-feira** | **Quinta-feira** | **Sexta-feira** |
| **LANCHE DA MANHÃ**  **Pré I, II e III** | **Biscoito integral salgado e orgânico com nata**  **Suco integral de maçã** | | **Torradinha com azeite de oliva e orégano**  **Leite batido com cacau da nutri e banana** |  |  |  |
| **Infantil II e III** | **Biscoito integral salgado e orgânico com nata**  **Suco integral de maçã** | | **Torradinha com azeite de oliva e orégano**  **Leite batido com cacau e banana** |  |  |  |
| **Infantil I** | **Maçã cozida com canela** | | **Melão com laranja** |  |  |  |
| **Isento de ovo e lactose** | **Biscoito sem ovos e lactose**  **Suco integral de maçã** | | **Torradinha com azeite de oliva e orégano**  **Leite sem lactose batido com cacau da nutri e banana** |  |  |  |
| **ALMOÇO**  **Infantil II ao Pré III** | **Ovo mexido com gergelim**  **Arroz/ Feijão**  **Cenoura cozida/ Pepino** | | **Frango aceboladinho**  **Talharim de cenoura ao molho de tomate/ Farofa de aveia**  **Brócolis/ Cenoura ralada** |  |  |  |
| **Infantil I** | **Ovo mexido com gergelim**  **Arroz/ Feijão**  **Cenoura cozida/ Pepino** | | **Frango aceboladinho**  **Aletria ao molho de tomate/**  **Brócolis/ Cenoura ralada** |  |  |  |
| **Isento de ovo e lactose** | **Picadinho de carne**  **Arroz/ Feijão**  **Cenoura cozida/ Pepino** | | **Frango aceboladinho**  **Talharim sem ovos ao molho de tomate/ Farofa de aveia**  **Brócolis/ Cenoura ralada** |  |  |  |
| **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** | **Banana** | | **Danoninho de manga (inhame, banana e manga)** |  |  |  |
| **JANTAR - Infantil II ao Pré III** | **Parafuso integral ao molho sugo com pedacinhos de brócolis** | | **Polenta à bolonhesa** |  |  |  |
| **Infantil I** | **Aletria ao molho sugo com pedacinhos de brócolis** | | **Polenta à bolonhesa** |  |  |  |
| **Isento de ovo e lactose** | **Parafuso sem ovos ao molho sugo com pedacinhos de brócolis** | | **Polenta à bolonhesa** |  |  |  |

**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) Os pães serão feitos na escola e sem ovos 6) No almoço e jantar será servido água. 7) Não será utilizado açúcar branco, quando houver necessidade de adoçar as preparações, será utilizado mel, tâmaras, uvas passas, açúcar demerara OU mascavo (COM MODERAÇÃO). 8) Os molhos serão preparados com tomates frescos , legumes e temperos naturais. 9) Não será utilizado sal refinado nas preparações, o mesmo será substituído por sal de ervas e outros temperos naturais. 10) O cardápio do Infantil I é isento de sal, açúcar, leite e derivados. 11) O cardápio do Infantil II é isento de açúcar. 12) 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. 13) 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**