**01/08 a 02/08**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| LANCHE DA MANHÃ  Infantil III ao Pré III |  |  |  | **Torradinha caseira com requeijão caseiro**  **Suco de laranja e couve** | **Bolo inglês**  **Chá de hortelã** |
| Infantil II |  |  |  | **Pao casdeiro com requeijão caseiro**  **Suco de laranja e couve** | **Bolo inglês (adoçado com uva passas brancas)**  **Chá de hortelã** |
| Infantil I |  |  |  | **Banana** | **Papa amarela (mamão, laranja e manga)** |
| Isento de ovo e lactose |  |  |  | **Biscoito sem leite e lactose**  **Suco de laranja e couve** | **Pão caseiro com manteiga ghee**  **Chá de hortelã** |
| ALMOÇO  Infantil II ao Pré III |  |  |  | **Frango enfarofado**  **Espaguete de farinha de arroz ao molho de tomate/ Legumes ao molho branco**  **Pepino com farinha de linhaça dourada** | **Pirãozinho de peixe Arroz integral/ Feijão Repolho refogado/ Tomate** |
| Infantil I |  |  |  | **Frango refogadinho**  **Aletria ao molho de tomate/ Legumes cozidos** | **Pirãozinho de peixe Arroz integral/ Feijão Repolho refogado/ Tomate** |
| Isento de ovo e lactose |  |  |  | **Frango enfarofado**  **Espaguete sem ovos/ Legumes cozidos**  **Pepino com farinha de linhaça dourada** | **Pirãozinho de peixe Arroz integral/ Feijão Repolho refogado/ Tomate** |
| 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 |  |  |  | **Manga** | **Maçã** |
| JANTAR - Infantil II ao Pré III |  |  |  | **Lentilha cremosa com carne e legumes + arroz**  **Cenoura ralada** | **Parafuso à bolonhesa** |
| Infantil I |  |  |  | **Lentilha cremosa com carne e legumes + arroz**  **Cenoura ralada** | **Macarrão conchinha à bolonhesa** |
| Isento de ovo e lactose |  |  |  | **Lentilha cremosa com carne e legumes + arroz**  **Cenoura ralada** | **Parafuso sem ovos à bolonhesa** |

**FRUTAS DA ESTAÇÃO - MÊS DE AGOSTO: carambola, banana nanica, caju, kiwi, laranja-pera, laranja lima, maçã, mamão, morango e tangerina. 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 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 será adicionado 1 fio de azeite de oliva. 15) Os biscoitos serão feitos na escola e quando forem industrializados serão da marca Mãe Terra. NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: Larissa C. I de Zutter.CRN10 – 2127.**

**CARDÁPIO MATERNAL E JARDIM ANJOS DA TERRA**

**MÊS: MAIO 2015**

**05/08 a 09/08**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| LANCHE DA MANHÃ  Infantil III ao Pré III | **Cookies caseiros Suco integral de maçã** | **Pão caseiro integral com manteiga ghee e ovo cozido**  **Chá da casca do abacaxi** | **Banana em rodelas as com canela em pó**  **Iogurte caseiro** | **Bolo funcional de banana**  **Chá de camomila** | **Pão caseiro integral com creme de ricota**  **Suco de abacaxi, laranja e hortelã** |
| Infantil II | **Cookies caseiros (adoçado com uva passas brancas)**  **Suco integral de maçã** | **Pão caseiro integral com manteiga ghee e ovo cozido**  **Chá da casca do abacaxi** | **Banana em rodelas as com canela em pó**  **Iogurte caseiro** | **Bolo funcional de banana (adoçado com uva passas pretas)**  **Chá de camomila** | **Pão caeeiro integral com creme de ricota**  **Suco de abacaxi, laranja e hortelã** |
| Infantil I | **Melão** | **Maçã cozida com canela** | **Manga** | **Mamão com banana** | **Banana branca** |
| Isento de ovo e lactose | **Biscoito sem ovo e lactose**  **Suco integral de maçã** | **Pão caseiro com manteiga ghee**  **Chá da casca do abacaxi** | **Banana em rodelas as com canela em pó**  **Iogurte sem lactose**  **Flocos de milho sem açúcar** | **Biscoito sem ovo e lactose**  **Chá de camomila** | **Pão integral com mel**  **Suco de abacaxi, laranja e hortelã** |
| ALMOÇO  Infantil II ao Pré III | **Omelete com queijo, tomate e orégano**  **Arroz/ Feijão**  **Cenoura cozida em palitos/ Pepino** | **Carne moída ensopada**  **Talharim com brócolis/ Farofa de aveia Beterraba cozida/ Alface** | **Frango assado**  **Arroz integral/ Feijão Couve-flor/ Tomate** | **Carne de panela com abóbora**  **Arroz/ Milho e ervilha/ Pepino** | **Carne suína aceboladinha**  **Arroz/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Tomate com chia** |
| Infantil I | **Omelete com tomate e orégano**  **Arroz/ Feijão**  **Cenoura cozida em palitos/ Pepino** | **Carne moída ensopada**  **Macacrão argolinha com brócolis**  **Beterraba cozida/ Alface** | **Frango assado**  **Arroz integral/ Feijão Couve-flor/ Tomate** | **Carne de panela com abóbora**  **Arroz/ Milho e ervilha/ Pepino** | **Carne suína aceboladinha**  **Arroz/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Tomate com chia** |
| Isento de ovo e lactose | **Picadinho de frango refogado**  **Arroz/ Feijão**  **Cenoura cozida em palitos/ Pepino** | **Carne moída ensopada**  **Talharim sem ovos com brócolis/ Farofa de aveia Beterraba cozida/ Alface** | **Frango assado**  **Arroz integral/ Feijão Couve-flor/ Tomate** | **Carne de panela com abóbora**  **Arroz/ Milho e ervilha/ Pepino** | **Carne suína aceboladinha**  **Arroz/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Tomate com chia** |
| 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 | **Mamão** | **Manga** | **Banana** | **Pera cozida** | **Abacate com banana** |
| JANTAR - Infantil II ao Pré III | **Polenta ao molho sugo** | **Canja** | **Espaguete integral + iscas de carne ao molho de tomate** | **Arroz + feijão com legumes** | **Sopa de legumes** |
| Infantil I | **Polenta ao molho sugo** | **Canja** | **Aletria + iscas de carne ao molho de tomate** | **Arroz + feijão com legumes** | **Sopa de legumes** |
| Isento de ovo e lactose | **Polenta ao molho sugo** | **Canja** | **Espaguete integral sem ovos + iscas de carne ao molho de tomate** | **Arroz + feijão com legumes** | **Sopa de legumes** |

**FRUTAS DA ESTAÇÃO - MÊS DE AGOSTO: carambola, banana nanica, caju, kiwi, laranja-pera, laranja lima, maçã, mamão, morango e tangerina. 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 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 será adicionado 1 fio de azeite de oliva. 15) Os biscoitos serão feitos na escola e quando forem industrializados serão da marca Mãe Terra. NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: Larissa C. I de Zutter.CRN10 – 2127.**

**CARDÁPIO MATERNAL E JARDIM ANJOS DA TERRA**

**MÊS: MAIO 2015**

**12/08 a 16/08**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| LANCHE DA MANHÃ  Infantil III ao Pré III | **Rosquinha de polvilho**  **Leite batido com banana e abacate** | **Pão caseiro com manteiga ghee e queijo**  **Suco de tangerina com espinafre** | **Biscoitos caseiros**  **Chá caseiro de maçã**  **Frutas: mamão e banana** | **Torradinha de pão caseiro com azeite de oliva e ervas**  **Suco de maracujá e melão** | **Bolo integral de laranja**  **Chá de erva-doce** |
| Infantil II | **Rosquinha de polvilho**  **Leite batido com banana e abacate** | **Pão caseiro com manteiga ghee e queijo**  **Suco de tangerina com espinafre** | **Biscoitos caseiros sem alucar**  **Chá caseiro de maçã**  **Frutas: mamão e banana** | **Torradinha de pão caseiro com azeite de oliva e ervas**  **Suco de maracujá e melão** | **Bolo integral de laranja (adoçado com uva passas brancas)**  **Chá de erva-doce** |
| Infantil I | **Mamão** | **Manga** | **Banana** | **Pera cozida** | **Abacate com banana** |
| Isento de ovo e lactose | **Rosquinha de polvilho sem ovo e lactose**  **Leite sem lactose batido com cacau e banana** | **Pão caseiro com manteiga ghee**  **Suco de tangerina com espinafre** | **Biscoito sem ovo e lactose**  **Chá caseiro de maçã**  **Frutas: mamão e banana** | **Torradinha de pão caseiro com azeite de oliva e ervas**  **Suco de maracujá e melão** | **Biscoito sem ovo e lactose**  **Chá de erva-doce** |
| ALMOÇO  Infantil II ao Pré III | **Ovo cozido**  **Arroz integral/ Feijão**  **Chuchu com tempero verde/ Cenoura ralada** | **Frango ensopado**  **Arroz/Beterraba cozida/Aipim cozido**  **Pepino** | **Bife aceboladinho**  **Arroz/ Feijão**  **Repolho refogado/ Tomate** | **Estrogonofe de frango**  **Arroz integral / Brócolis/ Cenoura ralada** | **Bolo de carne assado**  **Arroz/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Tomate e pepino picadinhos** |
| Infantil I | **Ovo cozido**  **Arroz integral/ Feijão**  **Chuchu com tempero verde/ Cenoura ralada** | **Frango ensopado**  **Arroz/ aipim cozido**  **Beterraba cozida/ Pepino** | **Bife aceboladinho**  **Arroz/ Feijão**  **Repolho refogado/ Tomate** | **Frango refogadinho**  **Arroz integral /**  **Brócolis/ Cenoura ralada** | **Bolo de carne assado**  **Arroz/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Tomate e pepino picadinhos** |
| Isento de ovo e lactose | **Picadinho de carne**  **Arroz integral/ Feijão**  **Chuchu com tempero verde/ Cenoura ralada** | **Frango ensopado**  **Arroz/ Aipim cozido**  **Beterraba cozida/ Pepino** | **Bife aceboladinho**  **Arroz/ Feijão**  **Repolho refogado/ Tomate** | **Frango aceboladinho**  **Arroz integral Brócolis/ Cenoura ralada** | **Bolinho de carne assado (sem ovos)**  **Arroz/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Tomate e pepino picadinhos** |
| 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** | **Maçã cozida com canela** | **Manga** | **Mamão com banana** | **Papa salada de frutas (banana, mamão, maçã e laranja)** |
| JANTAR - Infantil II ao Pré III | **Polenta à bolonhesa** | **Sopa de carne com macarrão conchinha e legumes** | **Talharim com almôndegas de frango ao molho de tomate** | **Feijoadinha (feijão com carne e legumes) + arroz**  **Laranja** | **Canja** |
| Infantil I | **Polenta à bolonhesa** | **Sopa de carne com macarrão conchinha e legumes** | **Aletria com almôndegas de frango ao molho de tomate** | **Feijoadinha (feijão com carne e legumes) + arroz**  **Laranja** | **Canja** |
| Isento de ovo e lactose | **Polenta à bolonhesa** | **Sopa de carne com arroz e legumes** | **Talharim sem ovos com almôndegas de frango sem ovos ao molho de tomate** | **Feijoadinha (feijão com carne e legumes) + arroz**  **Laranja** | **Canja** |

**FRUTAS DA ESTAÇÃO - MÊS DE AGOSTO: carambola, banana nanica, caju, kiwi, laranja-pera, laranja lima, maçã, mamão, morango e tangerina. 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 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 será adicionado 1 fio de azeite de oliva. 15) Os biscoitos serão feitos na escola e quando forem industrializados serão da marca Mãe Terra. NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: Larissa C. I de Zutter.CRN10 – 2127.**

**CARDÁPIO MATERNAL E JARDIM ANJOS DA TERRA**

**MÊS: MAIO 2015**

**19/08 a 23/08**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| LANCHE DA MANHÃ  Infantil III ao Pré III | **Cookies caseiros**  **Suco integral de uva** | **Pão caseiro com nata e geleia 100% fruta**  **Chá da casca do abacaxi com canela** | **Pãozinho caseiro om ricota com chia**  **Iogurte caseiro de banana** | **Pão caseiro integral com manteiga ghee e ovo mexido**  **Suco de laranja** | **Rpsquinha de povilho**  **Leite batido com mamão e maçã** |
| Infantil II | **Cookies caseiros (adoçado com uva passas pretas)**  **Suco integral de uva** | **Pão caseiro com nata e geleia 100% fruta**  **Chá da casca do abacaxi com canela** | **Pãozinho caseiro om ricota com chia**  **Iogurte caseiro de banana** | **Pão caseiro integral com manteiga ghee e ovo mexido**  **Suco de laranja** | **Rosquinha de polvilho**  **Leite batido com mamão e maçã** |
| Infantil I | **Maçã cozida** | **Manga** | **Banana aquecida com canela em pó** | **Papa mix (mamão, banana e beterraba)** | **Manga** |
| Isento de ovo e lactose | **Biscoito sem ovo e lactose**  **Suco integral de uva** | **Pão caseiro com geleia 100% fruta**  **Chá da casca do abacaxi com canela** | **Biscoito sem ovo e lactose**  **Iogurte caseiro de banana** | **Pão caseiro integral com manteiga ghee**  **Suco de laranja** | **Biscoito sem ovo e lactose**  **Leite sem lactose batido com mamão e maçã** |
| ALMOÇO  Infantil II ao Pré III | **Ovo “estralado” no óleo de coco**  **Arroz/ Feijão**  **Cenoura cozida em rodelas/Alface** | **Lasanha verde de carne**  **Arroz/ Farofa com açafrão**  **Grão de bico/ Pepino com gergelim** | **Frango refogadinho com brócolis**  **Arroz integral/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Tomate** | **Molho bolonhesa**  **Arroz/ Polenta**  **Couve-flor/ Cenoura ralada** | **Bolinho de frango assado**  **Arroz/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Repolho** |
| Infantil I | **Ovo cozido**  **Arroz/ Feijão**  **Cenoura cozida em rodelas/Alface** | **Carne moída ensopada com legumes**  **Arroz**  **Grão de bico/ Pepino com gergelim** | **Frango refogadinho com brócolis**  **Arroz integral/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Tomate** | **Molho bolonhesa**  **Arroz/ Polenta**  **Couve-flor/ Cenoura ralada** | **Bolinho de frango assado**  **Arroz/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Repolho** |
| Isento de ovo e lactose | **Frango refogadinho**  **Arroz/ Feijão**  **Cenoura cozida em rodelas/Alface** | **Carne moída ensopada com legumes**  **Arroz/ Farofa com açafrão**  **Grão de bico/ Pepino com gergelim** | **Frango refogadinho com brócolis**  **Arroz integral/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Tomate** | **Molho bolonhesa**  **Arroz/ Polenta**  **Couve-flor/ Cenoura ralada** | **Bolinho de frango assado (sem ovos)**  **Arroz/ Feijão**  **Beterraba cozida/ Repolho** |
| 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 | **Macarronada** | **Sopa de frango com aletria e legumes** | **Polenta + iscas de carne com legumes**  **Cenoura ralada** | **Sopa de feijão com legumes e arroz** | **Canja** |
| Infantil I | **Macarrão argolinha à bolonhesa** | **Sopa de frango com aletria e legumes** | **Polenta + iscas de carne com legumes**  **Cenoura ralada** | **Sopa de feijão com legumes e arroz** | **Canja** |
| Isento de ovo e lactose | **Macarronada (macarrão sem ovos)** | **Sopa de frango com arroz e legumes** | **Polenta + iscas de carne com legumes**  **Cenoura ralada** | **Sopa de feijão com legumes e arroz** | **Canja** |

**FRUTAS DA ESTAÇÃO - MÊS DE AGOSTO: carambola, banana nanica, caju, kiwi, laranja-pera, laranja lima, maçã, mamão, morango e tangerina. 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 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 será adicionado 1 fio de azeite de oliva. 15) Os biscoitos serão feitos na escola e quando forem industrializados serão da marca Mãe Terra. NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: Larissa C. I de Zutter.CRN10 – 2127.**

**CARDÁPIO MATERNAL E JARDIM ANJOS DA TERRA**

**MÊS: MAIO 2015**

**26/08 a 30/08**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| LANCHE DA MANHÃ  Infantil III ao Pré III | **Rosquinha de polvilho**  **Leite batido com banana cacau da nutri** | **Torradinha de pão integral com azeite de oliva e ervas**  **Suco de abacaxi, melão e laranja** | **Pão caseiro com manteiga ghee e queijo**  **Chá caseiro de maçã com canela** | **Frutas (banana, maçã e tangerina)**  **Iogurte caseiro com mel**  **Granola sem açúcar** | **Bolo integral de cenoura Chá de hortelã** |
| Infantil II | **Rosquinha de polvilho**  **Leite batido com banana e cacau** | **Torradinha de pão integral com azeite de oliva e ervas**  **Suco de abacaxi, melão e laranja** | **Pão caseiro com manteiga ghee e queijo**  **Chá caseiro de maçã com canela** | **Frutas (maçã e tangerina)**  **Iogurte caseiro de banana**  **Granola sem açúcar** | **Bolo integral de cenoura (adoçado com uva passas brancas) Chá de hortelã** |
| Infantil I | **Melão** | **Abacate com laranja** | **Mamão** | **Manga** | **Banana** |
| Isento de ovo e lactose | **Rosquinha de polvilho sem lactose e ovos**  **Leite sem lactose batido com banana e cacau** | **Torradinha de pão integral com azeite de oliva e ervas**  **Suco de abacaxi, melão e laranja** | **Pão caseiro com manteiga ghee e**  **Chá caseiro de maçã com canela** | **Frutas (banana, maçã e tangerina)**  **Iogurte caseiro sem lactose com mel**  **Granola sem açúcar** | **Biscoito sem leite e ovo Chá de hortelã** |
| ALMOÇO  Infantil II ao Pré III | **Ovo mexido com manteiga ghee e alho poró**  **Arroz integral/ Feijão**  **Cenoura cozida em palitos/ Beterraba ralada** | **Carne de panela com batata salsa**  **Arroz/**  **Alface com tomate cereja e gergelim** | **Almôndegas de carne assadas**  **Arroz integral/ Feijão**  **Brócolis/ Cenoura ralada** | **Pastelão de frango com legumes**  **Arroz/ Farofa com gergelim**  **Beterraba cozida/ Pepino** | **Frango assado com batata doce**  **Arroz integral/ Feijão**  **Chuchu com tempero verde/ Tomate** |
| Infantil I | **Ovo mexido com alho poró**  **Arroz integral/ Feijão**  **Cenoura cozida em palitos/ Beterraba ralada** | **Carne de panela com batata salsa**  **Arroz**  **/ Alface com tomate cereja e gergelim** | **Almôndegas de carne assadas**  **Arroz integral/ Feijão**  **Brócolis/ Cenoura ralada** | **Picadinho de frango ao molho de tomate com legumes**  **Arroz**  **Beterraba cozida/ Pepino** | **Frango assado com batata doce**  **Arroz integral/ Feijão**  **Chuchu com tempero verde/ Tomate** |
| Isento de ovo e lactose | **Frango refogado com alho poró**  **Arroz integral/ Feijão**  **Cenoura cozida em palitos/ Beterraba ralada** | **Carne de panela com batata salsa**  **Arroz/**  **Alface com tomate cereja e gergelim** | **Almôndegas de carne assadas (sem ovos)**  **Arroz integral/ Feijão**  **Brócolis/ Cenoura ralada** | **Picadinho de frango ao molho de tomate com legumes**  **Arroz/ Farofa com gergelim**  **Beterraba cozida/ Pepino** | **Frango assado com batata doce**  **Arroz integral/ Feijão**  **Chuchu com tempero verde/ Tomate** |
| 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 aquecida com canela em pó** | **Papa mix (mamão, banana e beterraba)** | **Manga** |
| JANTAR - Infantil II ao Pré III | **Polenta + molho de frango com legumes** | **Macarrão conchinha ao molho sugo** | **Sopa de frango com aipim e legumes** | **Lentilha com legumes e carne + arroz** | **Canja** |
| Infantil I | **Polenta + molho de frango com legumes** | **Macarrão conchinha ao molho sugo** | **Sopa de frango com aipim e legumes** | **Lentilha com legumes e carne + arroz** | **Canja** |
| Isento de ovo e lactose | **Polenta + molho de frango com legumes** | **Macarrão sem ovos molho sugo** | **Sopa de frango com aipim e legumes** | **Lentilha com legumes e carne + arroz** | **Canja** |

**FRUTAS DA ESTAÇÃO - MÊS DE AGOSTO: carambola, banana nanica, caju, kiwi, laranja-pera, laranja lima, maçã, mamão, morango e tangerina. 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 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 será adicionado 1 fio de azeite de oliva. 15) Os biscoitos serão feitos na escola e quando forem industrializados serão da marca Mãe Terra. NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: Larissa C. I de Zutter.CRN10 – 2127.**

**CARDÁPIO MATERNAL E JARDIM ANJOS DA TERRA**

**MÊS: MAIO 2015**