**01/07 a 05/07**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| LANCHE DA MANHÃInfantil III ao Pré III | **Rosquinha de polvilho****Chocolate quente (Leite batido com cacau e canela)**  | **Pão integral com requeijão caseiro****Suco de laranja, couve e gengibre** | **Bolo de laranja** **Cha da horta**  | **Torradinha com azeite de oliva e ervas****Suco de abacaxi, tangerina e hortelã** | **Bolo inglês integral****Chá de erva-doce** |
| Infantil II | **Rosquinha de polvilho****Chocolate quente (Leite batido com cacau, banana e canela)**  | **Pão integral com requeijão caseiro****Suco de laranja, couve e gengibre** | **Bolo de laranja** **Cha da horta**  | **Torradinha com azeite de oliva e ervas****Suco de abacaxi, tangerina e hortelã** | **Bolo inglês integral (adoçado com uva passas brancas)****Chá de erva-doce** |
| Infantil I | **Maça argentina**  | **Banana** | **Abacate com laranja** | **Manga** | **Abacaxi cozido com canela** |
| Isento de ovo e lactose | **Biscoito sem leite e ovo****Leite sem lactose com banana e canela em pó****Fruta: maçã**  | **Pão integral com manteiga ghee****Suco de laranja, couve e gengibre** | **Biscoito sem leite e ovo****Iogurte sem lactose** | **Torradinha com azeite de oliva e ervas****Suco de abacaxi, tangerina e hortelã** | **Biscoito sem leite e ovo****Chá de erva-doce** |
| ALMOÇOInfantil II ao Pré III | **Ovo estralado na manteiga ghee****Arroz integral/ Feijão****Cenoura cozida em palitos/ Pepino japonês** | **Carne moída ensopada com chuchu e batata salsa****Parafuso de legumes/ Farofa de aveia****Brócolis/ Tomate** | **Iscas de frango empanadas e assadas****Arroz integral/ Feijão****Beterraba cozida/ Cenoura ralada** | **Carne de panela com abobrinha e abóbora****Arroz****Couve-flor/ Tomate e pepino picadinhos** | **Hambúrguer de peixe****Arroz/ Feijão****Chuchu com tempero verde/ Beterraba ralada** |
| Infantil I | **Ovo cozido****Arroz integral/ Feijão****Cenoura cozida/ Pepino japonês** | **Carne moída ensopada com chuchu e batata salsa****Parafuso de legumes** **Brócolis/ Tomate** | **Frango refogadinho****Arroz integral/ Feijão****Beterraba cozida/ Cenoura ralada** | **Carne de panela com abobrinha e abóbora****Arroz/ Couve-flor/ Tomate e pepino picadinhos** | **Hambúrguer de peixe****Arroz/ Feijão****Chuchu com tempero verde/ Beterraba ralada** |
| Isento de ovo e lactose | **Picadinho de frango****Arroz integral/ Feijão****Cenoura cozida em palitos/ Pepino japonês** | **Carne moída ensopada com chuchu e batata salsa****Parafuso (sem ovos) / Farofa de aveia****Brócolis/ Tomate** | **Frango refogadinho****Arroz integral/ Feijão****Beterraba cozida/ Cenoura ralada** | **Carne de panela com abobrinha e abóbora****Arroz/ Couve-flor/ Tomate e pepino picadinhos** | **Hambúrguer de peixe****Arroz/ Feijão****Chuchu com tempero verde/ Beterraba ralada** |
| LANCHE DA TARDEInfantil 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** | **Mamão** | **Banana** | **Papa amarela (manga, banana, mamão e laranja)** |
| JANTAR - Infantil II ao Pré III \*nas sextas - feiras o Infantil II recebe o jantar do cardápio do Infantil I | **Polenta ao molho sugo e brócolis** | **Feijoadinha (feijão com carne) + arroz com acafrão**  | **Sopa de carne com macarrão de letrinhas e legumes** | **Talharim de espinafre + frango ensopado e desfiado**  | **Arroz com quinoa + iscas de carne com legumes** |
| Infantil I | **Polenta ao molho sugo e brócolis** | **Feijoadinha (feijão com carne) + arroz com acafrão**  | **Sopa de carne com macarrão de letrinhas e legumes** | **Aletria + frango ensopado e desfiado**  | **Arroz com quinoa + iscas de carne com legumes** |
| Isento de ovo e lactose | **Polenta ao molho sugo e brócolis** | **Feijoadinha (feijão com carne) + arroz com acafrão**  | **Sopa de carne com batatas e legumes** | **Talharim (sem ovos) + frango ensopado e desfiado**  | **Arroz com quinoa + iscas de carne com legumes** |

**FRUTAS DA ESTAÇÃO - MÊS DE JULHO: carambola, kiwi, laranja, mexerica 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) e nas preparações salgadas 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**

**08/07 a 12/07**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| LANCHE DA MANHÃInfantil III ao Pré III | **Bolachinhas caseiras** **Suco de frutas com couve** | **Pão caseiro com requeijão caseiro** **Chá caseiro de maçã** | **Frutas picadas (banana, maçã e uva)****Iogurte caseiro com mel** | **Pão caseiro com manteiga ghee e ovo cozido****Suco de maracujá e laranja** | **Bolo de cenoura** **Chá de melissa** |
| Infantil II | **Bolachinhas caseiras Suco de frutas couve** | **Pão caseiro com requeijão caseiro****Chá caseiro de maçã** | **Frutas picadas ( maçã e uva)****Iogurte caseiro com banana** | **Pão caseiro com manteiga ghee e ovo cozido****Suco de maracujá e laranja** | **Bolo de cenoura (adoçado com uva passas brancas)****Chá de melissa** |
| Infantil I | **Maçã cozida**  | **Abacate**  | **Laranja lima com banana e mamão**  | **Banana** | **Manga** |
| Isento de ovo e lactose | **Biscoito sem leite e ovo****Suco integral de uva batido com couve** | **Pão caseiro com manteiga ghee****Chá caseiro de maçã** | **Frutas picadas (banana, maçã e uva)****Leite sem lactose** | **Pão caseiro com manteiga ghee** **Suco de maracujá e laranja** | **Biscoito sem leite e ovo****Chá de melissa** |
| ALMOÇOInfantil II ao Pré III | **Ovo mexido com tempero verde****Arroz/ Feijão****Cenoura cozida em rodelas/ Tomate com farinha de linhaça dourada**  | **Almôndegas de carne ao molho de tomate****Espaguete de farinha de arroz/ Milho e ervilha/ Alface** | **Frango assado****Arroz integral/ Feijão****Beterraba cozida/ Pepino japonês** | **Estrogonode de carne com brócolis e cenoura****Arroz/ Grão de bico temperado/ Tomate** | **Feijoadinha (feijão com carne)****Arroz/ Couve-mineira refogada****Repolho/ Laranja** |
| Infantil I | **Ovo mexido com tempero verde****Arroz/ Feijão****Cenoura cozida em rodelas/ Tomate com farinha de linhaça dourada**  | **Almôndegas de carne ao molho de tomate****Espaguete de farinha de arroz / Milho e ervilha/ Alface** | **Frango assado****Arroz integral/ Feijão****Beterraba cozida/ Pepino japonês** | **Carne bovina com brócolis e cenoura****Arroz/** **Grão de bico temperado/ Tomate** | **Feijoadinha (feijão com carne)****Arroz/ Couve-mineira refogada****Repolho/ Laranja** |
| Isento de ovo e lactose | **Frango refogadinho****Arroz/ Feijão****Cenoura cozida em rodelas/ Tomate com farinha de linhaça dourada**  | **Almôndegas de carne ao molho de tomate (sem ovo)****Espaguete de farinha de arroz/Milho e ervilha/ Alface** | **Frango assado****Arroz integral/ Feijão****Beterraba cozida/ Pepino japonês** | **Carne com brócolis e cenoura****Arroz/** **Grão de bico temperado/ Tomate** | **Feijoadinha (feijão com carne)****Arroz/ Couve-mineira refogada****Repolho/ Laranja** |
| LANCHE DA TARDEInfantil 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 abacate** | **Tangerina** | **Mamão**  | **Maçã cozida com canela** | **Melão**  |
| JANTAR - Infantil II ao Pré III \*nas sextas - feiras o Infantil II recebe o jantar do cardápio do Infantil I | **Macarronada**  | **Sopa de feijão com legumes (com arroz** | **Polenta + iscas de carne ensopada com abóbora** | **Risoto (arroz com quinoa, frango e legumes)**  | **Sopa de frango com aletria e legumes** |
| Infantil I | **Macarronada**  | **Sopa de feijão com legumes (com arroz)** | **Polenta + iscas de carne ensopada com abóbora** | **Risoto (arroz com quinoa, frango e legumes)**  | **Sopa de frango com aletria e legumes** |
| Isento de ovo e lactose | **Macarronada (com macarrão sem ovos)**  | **Sopa de feijão com legumes (com arroz)** | **Polenta + iscas de carne ensopada com abóbora** | **Risoto (arroz com quinoa, frango e legumes)**  | **Sopa de frango com arroz e legumes** |

**FRUTAS DA ESTAÇÃO - MÊS DE JULHO: carambola, kiwi, laranja, mexerica 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) e nas preparações salgadas 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**

**15/07 a 19/07 RECESSO ESCOLAR**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| LANCHE DA MANHÃInfantil III ao Pré III | **Cookies caseiros de cacau** **Suco de maçã** | **Pão caseiro com creme de ricota****Chá da casca do abacaxi** | **Queijo-quente****Suco de laranja** | **Pão integral com requeijão caseiro****Suco de tangerina e limão** | **Bolo integral de tangerina****Chá de hortelã** |
| Infantil II | **Cookies caseiros de cacau (adoçado com uva passas pretas)****Suco de maçã** | **Pão caseiro com creme de ricota****Chá da casca do abacaxi** | **Queijo-quente****Suco de laranja** | **Pão integral com requeijão caseiro****Suco de tangerina e limão** | **Bolo integral de tangerina (adoçado com uva passas branca)****Chá de hortelã** |
| Infantil I | **Tangerina**  | **Banana aquecida** | **Mamão** | **Melão** | **Maçã**  |
| Isento de ovo e lactose | **Biscoito sem leite e ovo****Suco integral de maçã** | **Pão de batata com mel****Chá da casca do abacaxi** | **Pão quente com manteiga ghee****Suco de laranja** | **Pão integral com geleia 100% fruta****Suco de tangerina e limão** | **Biscoito sem leite e ovo****Chá de hortelã** |
| ALMOÇOInfantil II ao Pré III | **Ovo cozido****Arroz/ Feijão****Beterraba cozida/ Cenoura ralada** | **Frango ensopado****Polenta/ Arroz****Alface com tomate cereja** | **Carne suína aceboladinha****Arroz integral/ Feijão****Cenoura cozida/ Pepino** | **Bife ao tomate****Arroz/ Repolho refogado coberto com farofa de açafrão****Couve-flor/ Tomate** | **Frango recheado com requeijão, brócolis e milho****Arroz integral/ Feijão****Beterraba cozida/ Repolho** |
| Infantil I | **Ovo cozido****Arroz/ Feijão****Beterraba cozida/ Cenoura ralada** | **Frango ensopado****Polenta****Couve-flor/ Alface** | **Carne suína aceboladinha****Arroz integral/ Feijão****Cenoura cozida/ Pepino** | **Bife ao tomate****Arroz****Couve-flor/ Tomate** | **Frango com brócolis** **Arroz integral/ Feijão****Beterraba cozida/ Repolho** |
| Isento de ovo e lactose | **Picadinho de carne****Arroz/ Feijão****Beterraba cozida/ Cenoura ralada** | **Frango ensopado****Polenta/ Arroz****Alface com tomate cereja** | **Carne suína aceboladinha****Arroz integral/ Feijão****Cenoura cozida/ Pepino** | **Bife ao tomate****Arroz/ Repolho refogado coberto com farofa de açafrão****Couve-flor/ Tomate** | **Frango com brócolis** **Arroz integral/ Feijão****Beterraba cozida/ Repolho** |
| LANCHE DA TARDEInfantil 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** | **melao** | **Abacate**  | **Manga** | **Banana aquecida** |
| JANTAR - Infantil II ao Pré III \*nas sextas - feiras o Infantil II recebe o jantar do cardápio do Infantil I | **Parafuso integral ao molho sugo e brócolis** | **Sopa de legumes**  | **Polenta com frango ensopado e legumes** | **Arroz + Feijão com legumes** | **Canja de carne** |
| Infantil I | **Aletria ao molho sugo e brócolis** | **Sopa de legumes**  | **Polenta com frango ensopado e legumes** | **Arroz + Feijão com legumes** | **Canja de carne** |
| Isento de ovo e lactose | **Parafuso integral (sem ovos) ao molho sugo e brócolis** | **Sopa de legumes**  | **Polenta com frango ensopado e legumes** | **Arroz + Feijão com legumes** | **Canja de carne** |

**FRUTAS DA ESTAÇÃO - MÊS DE JULHO: carambola, kiwi, laranja, mexerica 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) e nas preparações salgadas 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**

**22/07 a 26/07 RECESSO ESCOLAR**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| LANCHE DA MANHÃInfantil III ao Pré III | **Rosquinha de polvilho****Suco de laranja com cenoura** | **Pão com requeijão caseiro****Chá caseiro de maçã com canela** | **Frutas picadas (banana, mamão e maçã)****Iogurte caseiro**  | **Pão integral com nata****Suco de tangerina, limão e hortelã** | **Bolo de laranja Chá de camomila** |
| Infantil II | **Rosquinha de polvilho****Suco de laranja com cenoura** | **Pão com requeijão caseiro****Chá caseiro de maçã com canela** | **Frutas picadas (mamão e maçã)****Iogurte caseiro**  | **Pão integral com nata****Suco de tangerina, limão e hortelã** | **Bolo de laranja (adoçado com uva passas brancas) Chá de camomila** |
| Infantil I | **Melão**  | **Manga** | **Mamão** | **Banana e abacate** | **Mamão, banana e laranja** |
| Isento de ovo e lactose | **Biscoito sem leite e ovo****Suco de laranja com cenoura****Banana** | **Pão com manteiga ghee****Chá caseiro de maçã com canela** | **Frutas picadas (banana, mamão e maçã)****Iogurte sem lactose** | **Pão integral com mel****Suco de tangerina, limão e hortelã** | **Biscoito sem leite e ovo****Chá de camomila** |
| ALMOÇOInfantil II ao Pré III | **Omelete****Arroz/ Feijão****Cenoura cozida/ Tomate** | **Talharim de cenoura à bolonhesa****Beterraba cozida/ Alface** | **Bife aceboladinho****Arroz integral/ Feijão****Brócolis/ Cenoura ralada** | **Peito de frango ao molho branco****Arroz/ Couve-flor/ Beterraba ralada** | **Canja/ Pãozinho torrado** |
| Infantil I | **Omelete****Arroz/ Feijão****Cenoura cozida/ Tomate** | **Macarrão conchinha à bolonhesa****Beterraba cozida/ Alface** | **Bife aceboladinho****Arroz integral/ Feijão****Brócolis/ Cenoura ralada** | **Peito de frango refogadinho****Arroz/ Couve-flor/ Beterraba ralada** | **Canja** |
| Isento de ovo e lactose | **Frango ensopadinho****Arroz/ Feijão****Cenoura cozida/ Tomate** | **Talharim (sme ovos) à bolonhesa****Beterraba cozida/ Alface** | **Bife aceboladinho****Arroz integral/ Feijão****Brócolis/ Cenoura ralada** | **Peito de frango acebolado****Arroz/****Couve-flor/ Beterraba ralada** | **Canja/ Pãozinho torrado** |
| LANCHE DA TARDEInfantil 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**  | **Banana** | **Pera cozida** | **Manga** | **Melão com raspinhas de hortelã** |
| JANTAR - Infantil II ao Pré III \*nas sextas - feiras o Infantil II recebe o jantar do cardápio do Infantil I | **Polenta + picadinho de carne com abobrinha e abóbora** | **Sopa de frango com macarrão argolinha e legumes** | **Risoto integral (arroz integral frango e legumes)** | **Parafuso + carne moída ensopada com batata salsa, cenoura e vagem** | **Sopinha de feijão com legumes** |
| Infantil I | **Polenta + picadinho de carne com abobrinha e abóbora** | **Sopa de frango com macarrão argolinha e legumes** | **Risoto integral (arroz integral frango e legumes)** | **Aletria + carne moída ensopada com batata salsa, cenoura e vagem** | **Sopinha de feijão com legumes** |
| Isento de ovo e lactose | **Polenta + picadinho de carne com abobrinha e abóbora** | **Sopa de frango com batata e legumes** | **Risoto integral (arroz integral frango e legumes)** | **Parafuso (sem ovos) + carne moída ensopada com batata salsa, cenoura e vagem** | **Sopinha de feijão com legumes** |

**FRUTAS DA ESTAÇÃO - MÊS DE JULHO: carambola, kiwi, laranja, mexerica 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) e nas preparações salgadas 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**

**29/07 a 31/07**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
| LANCHE DA MANHÃInfantil III ao Pré III | **Cookies caseiros****Suco de laranja com cenoura**  | **Torradinha com azeite de oliva e orégano****Chocolate quente (Leite batido com cacau)** | **Pão caseiro com banana e canela (aquecida)****Chá de erva-cidreira** |  |  |
| Infantil II | **Cookies caseiro** **Suco de laranja com cenoura**  | **Torradinha com azeite de oliva e orégano****Chocolate quente (Leite batido com cacau e banana)** | **Pão caseiro com banana e canela (aquecida)****Chá de erva-cidreira** |  |  |
| Infantil I | **Melão**  | **Pera cozida** | **Mamão** |  |  |
| Isento de ovo e lactose | **Biscoito sem leite e ovo****Suco integral de uva** | **Torradinha com azeite de oliva e orégano****Chocolate quente (Leite sem lactose batido com cacau e banana)** | **Pão caseiro com banana e canela (aquecida)****Chá de erva-cidreira** |  |  |
| ALMOÇOInfantil II ao Pré III | **Omelete com tomate e orégano****Arroz integral/ Feijão****Cenoura cozida/ Pepino japonês com gergelim**  | **Carne suína assada****Espaguete com molho de tomate/ Farofa com açafrão****Beterraba cozida/ Alface** | **Bolinho de carne assado****Arroz/ Feijão****Brócolis/ Tomate** |  |  |
| Infantil I | **Omelete com tomate e orégano****Arroz integral/ Feijão****Cenoura cozida/ Pepino japonês com gergelim**  | **Carne suína assada****Aletria com molho de tomate****Beterraba cozida/ Alface** | **Bolinho de carne assado****Arroz/ Feijão****Brócolis/ Tomate** |  |  |
| Isento de ovo e lactose | **Franfo refogadinho****Arroz integral/ Feijão****Cenoura cozida/ Pepino japonês com gergelim**  | **Carne suína assada****Espaguete (sem ovos) com molho de tomate/ Farofa com açafrão****Beterraba cozida/ Alface** | **Bolinho de carne assado (sem ovos)****Arroz/ Feijão****Brócolis/ Tomate** |  |  |
| LANCHE DA TARDEInfantil II, Infantil IIII, Pré I, Pré II, Pré III e Isento de ovo e lactose | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** | **Frutas da estação** |  |  |
| Infantil I | **Maça argentina**  | **Banana** | **Abacate com laranja** |  |  |
| JANTAR - Infantil II ao Pré III \*nas sextas - feiras o Infantil II recebe o jantar do cardápio do Infantil I | **Polenta à bolonhesa** | **Feijoadinha (feijão com carne) + arroz**  | **Sopa de frango com macarrão conchinha e legumes** |  |  |
| Infantil I | **Polenta à bolonhesa** | **Feijoadinha (feijão com carne) + arroz**  | **Sopa de frango com macarrão conchinha e legumes** |  |  |
| Isento de ovo e lactose | **Polenta à bolonhesa** | **Feijoadinha (feijão com carne) + arroz**  | **Sopa de frango com legumes** |  |  |

**FRUTAS DA ESTAÇÃO - MÊS DE JULHO: carambola, kiwi, laranja, mexerica 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) e nas preparações salgadas 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**