



## SEMANA 1 – 03/06 A 07/06

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>					
Prés	Fruta: melão Pão de queijo mineirinho Água	Fruta: manga Bolachinhas de canela Iogurte natural batido com morangos	Fruta: mamão Pão integral com creme de ricota Água	Fruta: maçã Pãozinho colorido Água	Fruta: banana Bolo integral de laranja Chá de erva-cidreira
Infantil II e III	Fruta: melão Pão de queijo mineirinho Água	Fruta: manga B Bolachinhas de canela sem açúcar Iogurte natural batido com morangos e banana	Fruta: mamão Pão integral com creme de ricota Água	Fruta: maçã Pãozinho colorido Água	Fruta: banana Bolo integral de laranja sem açúcar Chá de erva-cidreira
Infantil I	Melão	Manga	Mamão	Maçã	Banana
Isento de glúten, leite e ovos	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação
<b>ALMOÇO</b>					
Infantil II ao Pré III	Ovo cozido Arroz integral/ Feijão Pepino japonês/ Cenoura cozida	Picadinho de carne Arroz integral/Batata doce cozida Repolho com chia/ Beterraba cozida	Carne suína enfarofada Arroz integral/ Feijão Cenoura ralada/ Chuchu com milho	Sobrecoxa assada Espaguete ao molho de tomate/ Snack de grão de bico Pepino e tomate picadinhos	Bife rolê Arroz integral/ Feijão Cenoura ralada/ Couve-flor
Infantil I	Ovo cozido Arroz integral/ Feijão Pepino japonês/ Cenoura cozida	Picadinho de carne Purê de batata doce Repolho com chia/ Beterraba cozida	Carne suína enfarofada Arroz integral/ Feijão Cenoura ralada/ Chuchu	Sobrecoxa assada Aletria ao molho de tomate Pepino e tomate picadinhos	Bife rolê Arroz integral/ Feijão Cenoura ralada/ Couve-flor
Isento de glúten, leite e ovos	Arroz integral/ Feijão Pepino japonês/ Cenoura cozida	Picadinho de carne Arroz integral/ Batata doce Repolho com chia/ Beterraba cozida	Carne suína enfarofada Arroz integral/ Feijão Cenoura ralada/ Chuchu com milho	Sobrecoxa assada Espaguete sem glúten e ovos ao molho de tomate/ Snack de grão de bico Pepino e tomate picadinhos/ Couve-flor	Bife rolê Arroz integral/ Feijão Cenoura ralada/ Couve-flor
<b>LANCHE DA TARDE</b>					
Infantil II, Infantil III, 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
<b>JANTAR - Infantil II ao Pré III</b>	Sopa de ervilha partida com frango, arroz e legumes	Frango desfiado e ensopado com legumes Polenta	Espaguete à bolonhesa	Ovo mexido Feijão vermelho Arroz integral Laranja	Canja
Infantil I	Sopa de ervilha partida com frango, arroz e legumes	Frango desfiado e ensopado com legumes Polenta	Aletria à bolonhesa	Ovo mexido Feijão vermelho Arroz integral Laranja	Canja
Isento de glúten, leite e ovos	Sopa de ervilha partida com frango, arroz e legumes	Frango desfiado e ensopado com legumes Polenta	Espaguete sem glúten e ovos à bolonhesa	Feijão vermelho Arroz integral Laranja	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 e outros ingredientes 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, suco, açúcar, leite e derivados. 11) O cardápio do Infantil II e III é isento de açúcar. 12) Infantil I: as preparações 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



## SEMANA 2 – 10/06 A 14/06

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>					
Prés	Fruta: maçã Pão de queijo verde Água	Fruta: Banana Granola caseira iogurte natural batido com morangos	Fruta: laranja Torradinha com manteiga e ervas Água	Fruta: mamão Pão caseiro com creme de ricota Água	Fruta: melão Bolo de banana com cacau Chá de erva-doce
Infantil II e III	Fruta: maçã Pão de queijo verde Água	Fruta: Banana Flocos de milho sem açúcar iogurte natural batido com morangos e banana	Fruta: laranja Torradinha com manteiga e ervas Água	Fruta: mamão Pão caseiro com creme de ricota Água	Fruta: melão Bolo de banana com cacau sem açúcar Chá de erva-doce
Infantil I	Maçã	Banana	Laranja	Mamão	Melão
Isento de glúten, leite e ovos	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação
<b>ALMOÇO</b>					
Infantil II ao Pré III	Ovo estalado Arroz integral/ Feijão Pepino e tomate picadinhos	Molho bolonhesa Polenta/ Arroz Cenoura ralada/ Beterraba cozida	Isclas de frango crocante Arroz integral/ Feijão Tomate/ Repolho refogado	Picadinho de carne Arroz/ Batata assada assadas com azeite de oliva e ervas Cenoura ralada/ Chuchu	Peixe assado Arroz integral/ Feijão Tomate/ Beterraba cozida
Infantil I	Ovo estalado Arroz integral/ Feijão Pepino e tomate picadinhos	Molho bolonhesa Polenta Cenoura ralada/ Beterraba cozida	Isclas de frango aceboladas Arroz integral/ Feijão Tomate/ Repolho refogado	Picadinho de carne Purê de batatas Cenoura ralada/ Chuchu	Peixe assado Arroz integral/ Feijão Tomate/ Beterraba cozida
Isento de glúten, leite e ovos	Arroz integral/ Feijão Pepino e tomate picadinhos	Molho bolonhesa Polenta/ Arroz Cenoura ralada/ Beterraba cozida	Isclas de frango crocante Arroz integral/ Feijão Tomate/ Repolho refogado	Picadinho de carne Arroz/ Batata assada assadas com azeite de oliva e ervas Cenoura ralada/ Chuchu	Peixe assado Arroz integral/ Feijão Tomate/ Beterraba cozida
<b>LANCHE DA TARDE</b>					
Infantil II, Infantil III, III, 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
<b>JANTAR</b> - Infantil II ao Pré III	Sopa de lentilha com aletria e legumes	Risoto (arroz, frango desfiado, milho, ervilha e cenoura)	Parafuso à bolonhesa	Molho de frango desfiado e ensopado com legumes Polenta	Carne moída com legumes Arroz integral com açafraão
Infantil I	Sopa de lentilha com aletria e legumes	Risoto (arroz, frango desfiado, milho, ervilha e cenoura)	Macarrão conchinha à bolonhesa	Molho de frango desfiado e ensopado com legumes Polenta	Carne moída com legumes Arroz integral com açafraão
Isento de glúten, leite e ovos	Sopa de lentilha com legumes	Risoto (arroz, frango desfiado, milho, ervilha e cenoura)	Parafuso sem glúten e ovos à bolonhesa	Molho de frango desfiado e ensopado com legumes Polenta	Carne moída com legumes Arroz integral com açafraão

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 e outros ingredientes 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, suco, açúcar, leite e derivados. 11) O cardápio do Infantil II e III é isento de açúcar. 12) Infantil I: as preparações 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



<b>SEMANA 3 – 17/06 A 21/06</b>					
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>	Fruta: maçã Pãozinho de polvilho Água	Fruta: manga Pão integral com nata Água	Fruta: banana Pão de queijo multigrãos Água	Fruta: mamão Pão caseiro com manteiga (aquecido) Água	Fruta: tangerina Bolo mesclado de baunilha e chocolate Chá de morango
Prés					
Infantil II e III	Fruta: maçã Pãozinho de polvilho Água	Fruta: manga Pão integral com nata Água	Fruta: banana Pão de queijo multigrãos Água	Fruta: mamão Pão caseiro com manteiga (aquecido) Água	Fruta: tangerina Bolo mesclado de baunilha e cacau sem açúcar Chá de morango
Infantil I	<b>Maçã</b>	<b>Manga</b>	<b>Banana</b>	<b>Mamão</b>	<b>Melão</b>
Isento de glúten, leite e ovos	<b>Frutas da estação</b>	<b>Frutas da estação</b>	<b>Frutas da estação</b>	<b>Frutas da estação</b>	<b>Frutas da estação</b>
<b>ALMOÇO</b>	Ovo mexido com manteiga e tempero verde Arroz integral/ Feijão Cenoura ralada/ Chuchu	Bife acebolado Espaguete ao molho de tomate/ Farofa nutritiva Alface americana/ Beterraba cozida	Frango acebolado Arroz integral/ Feijão Tomate/ Cenoura cozida	Carne de panela com abóbora Arroz integral/ Batata doce cozida Repolho/ Beterraba cozida	Frango assado Arroz integral/ Feijão Tomate/ Milho
Infantil II ao Pré III					
Infantil I	Ovo mexido com tempero verde Arroz integral/ Feijão Cenoura ralada/ Chuchu	Bife acebolado Aletria ao molho de tomate/ Alface americana/ Beterraba cozida	Frango acebolado Arroz integral/ Feijão Tomate/ Cenoura cozida	Carne de panela com abóbora Purê de batata doce Repolho/ Beterraba cozida	Frango assado Arroz integral/ Feijão Tomate
Isento de glúten, leite e ovos	<b>Arroz integral/ Feijão Cenoura ralada/ Chuchu</b>	<b>Bife acebolado Espaguete sem glúten e ovos ao molho de tomate/ Farofa nutritiva Alface americana/ Beterraba cozida</b>	<b>Frango acebolado Arroz integral/ Feijão Tomate/ Cenoura cozida</b>	<b>Carne de panela com abóbora Arroz integral/ Batata doce cozida Repolho/ Beterraba cozida</b>	<b>Frango assado Arroz integral/ Feijão Tomate/ Milho</b>
<b>LANCHE DA TARDE</b>					
Infantil II, Infantil III, Pré I, Pré II, Pré III e Isento de glúten, leite e ovos	<b>Frutas da estação</b>	<b>Frutas da estação</b>	<b>Frutas da estação</b>	<b>Frutas da estação</b>	<b>Frutas da estação</b>
Infantil I	<b>Melão</b>	<b>Mamão</b>	<b>Manga</b>	<b>Banana</b>	<b>Maçã</b>
<b>JANTAR - Infantil II ao Pré III</b>	<b>Minestra</b>	<b>Frango desfiado e ensopado com legumes Polenta</b>	<b>Picadinho de carne com legumes Macarrão parafuso com brócolis</b>	<b>Ovo mexido Feijão preto com legumes Arroz integral</b>	<b>Canja de carne</b>
Infantil I	<b>Minestra</b>	<b>Frango desfiado e ensopado com legumes Polenta</b>	<b>Picadinho de carne com legumes Macarrão conchinha com brócolis</b>	<b>Ovo mexido Feijão preto com legumes Arroz integral</b>	<b>Canja de carne</b>
Isento de glúten, leite e ovos	<b>Minestra</b>	<b>Frango desfiado e ensopado com legumes Polenta</b>	<b>Picadinho de carne com legumes Parafuso sem glúten e ovos com brócolis</b>	<b>Ovo mexido Feijão preto com legumes Arroz integral</b>	<b>Canja de carne</b>

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 e outros ingredientes 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, suco, açúcar, leite e derivados. 11) O cardápio do Infantil II e III é isento de açúcar. 12) Infantil I: as preparações 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



SEMANA 4 – 24/06 A 28/06					
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> Prés	Fruta: maçã Queijo-queente integral Água	Fruta: Banana Granola caseira Iogurte natural batido com morango	Fruta: mamão Pãozinho de tapioca Água	Fruta: laranja Pão caseiro com nata Água	Fruta: melão Bolo de coco Chá de hortelã
Infantil II e III	Fruta: maçã Queijo-queente integral Água	Fruta: Banana Flocos de milho sem açúcar Iogurte natural batido com morango e uva-passas brancas	Fruta: mamão Pãozinho de tapioca Água	Fruta: tangerina Pão caseiro com nata Água	Fruta: melão Bolo de coco sem açúcar Chá de hortelã
Infantil I	Maçã	Banana	Mamão	Abacate com tangerina	Melão
Isento de glúten, leite e ovos	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação
<b>ALMOÇO</b> Infantil II ao Pré III	Ovo mexido Arroz integral/ Feijão Pepino japonês/ Cenoura cozida	Estrogonofe de frango Arroz integral/ Batata assada com cúrcuma e azeite de oliva Alface americana/ Beterraba cozida	Bolinho de carne assado Arroz integral/ Feijão Cenoura ralada/ Couve-flor	Sobrecoxa ensopada Polenta/ Arroz Farofa nutritiva Tomate/ Beterraba cozida	Isacas de frango crocantes Arroz integral/ Feijão Repolho/ Cenoura cozida
Infantil I	Ovo mexido Arroz integral/ Feijão Pepino japonês/ Cenoura cozida	Frango refogado Purê de batata com azeite de oliva e ervas Alface americana/ Beterraba cozida	Bolinho de carne assado Arroz integral/ Feijão Cenoura ralada/ Couve-flor	Sobrecoxa ensopada Polenta Tomate/ Beterraba cozida	Peito de frango aceboladinho Arroz integral/ Feijão Repolho/ Cenoura cozida
Isento de glúten, leite e ovos	Arroz integral/ Feijão Pepino japonês/ Cenoura cozida	Frango refogado Arroz integral/ Batata assada com cúrcuma e azeite de oliva Alface americana/ Beterraba cozida	Bolinho de carne assado sem ovo e glúten Arroz integral/ Feijão Cenoura ralada/ Couve-flor	Sobrecoxa ensopada Polenta/ Arroz Tomate/ Beterraba cozida	Isacas de frango crocantes Arroz integral/ Feijão Repolho/ Cenoura cozida
<b>LANCHE DA TARDE</b> Infantil II, Infantil III, 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	Manga	Mamão	Maçã	Melão	Banana
<b>JANTAR</b> - Infantil II ao Pré III	Sopa de lentilha com arroz e legumes	Macarrão conchinha à bolonhesa	Risoto (arroz, frango desfiado, milho, ervilha e cenoura)	Feijão carioca com legumes e iscas de carne Arroz integral	Carne moída ensopada com legumes Polenta
Infantil I	Sopa de lentilha com arroz e legumes	Macarrão conchinha à bolonhesa	Risoto (arroz, frango desfiado, milho, ervilha e cenoura)	Feijão carioca com legumes e iscas de carne Arroz integral	Carne moída ensopada com legumes Polenta
Isento de glúten, leite e ovos	Sopa de lentilha com arroz e legumes	Macarrão conchinha sem glúten e ovos à bolonhesa	Risoto (arroz, frango desfiado, milho, ervilha e cenoura)	Feijão carioca com legumes e iscas de carne Arroz integral	Carne moída ensopada com legumes Polenta

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 e outros ingredientes 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, suco, açúcar, leite e derivados. 11) O cardápio do Infantil II e III é isento de açúcar. 12) Infantil I: as preparações 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