

## CARDÁPIO ABRIL/MAIO 2021 INTEGRAL - EDUCAÇÃO INFANTIL

### CAFÉ DA MANHÃ

Café, leite, achocolatado, pão, margarina, requeijão, doce.

### COLAÇÃO ( 13:30h)

Fruta ou gelatina

### ALMOÇO

#### 1ª e 3ª Semana

**Segunda-feira:** Arroz, feijão, stroganof de carne, batata de forno e salada.

**Terça-feira:** Arroz, feijão, pernil de panela, jardineira de legumes e salada.

**Quarta-feira:** Arroz, feijão, ovos mexidos, couve refogada e salada.

**Quinta-feira:** Arroz, feijão, quibe assado, espaguete ao sugo, abobrinha refogada e salada.

**Sexta-feira:** Arroz e feijão, frango grelhado, legumes gratinados e salada.

#### 2ª e 4ª Semana

**Segunda-feira:** Arroz, feijão, frango assado com farofa de legumes e salada.

**Terça-feira:** Arroz, feijão, carne moída ao molho, purê de batatas, brócolis cozido e salada.

**Quarta-feira:** Arroz, feijão, Fricassê de frango, berinjela refogada e salada.

**Quinta-feira:** Arroz, feijão, almôndegas ao sugo, macarrão na manteiga, cenoura soute e salada.

**Sexta-feira:** Arroz e feijão, carne de panela, polenta cremosa e salada.

### LANCHE DA TARDE

**Segunda-feira:** Pão com margarina, requeijão ou doce e suco de fruta.

**Terça-feira:** Cachorro quente, chá ou suco de frutas.

**Quarta-feira:** 1ª semana: Bolo de laranja 2ª semana: cuque de banana 3ª semana: Bolo de chocolate 4ª semana: bolo formigueiro e suco de fruta.

**Quinta-feira:** Salada de frutas com iogurte.

**Sexta-feira:** Biscoito e suco de fruta.

### JANTAR - SOMENTE PARA EDUCAÇÃO INFANTIL

**Segunda-feira:** Sopa de carne, macarrão e legumes.

**Terça-feira:** Sopa de feijão, macarrão e legumes.

**Quarta-feira:** Sopa creme de abobora com carne e legumes.

**Quinta-feira:** Canja de galinha

**Sexta-feira:** Sopa frango, macarrão e legumes.

Obs.: As saladas variam de acordo com a sazonalidade, sendo todos os dias uma folha, uma salada cozida e uma salada crua.

Obs. Os legumes das sopas variam de acordo com a sazonalidade, respeitando 3 tipos de legumes com valores nutricionais diferenciados.