|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – ABRIL 2022 | | | | | | | | |
| 1°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | | **SEXTA** |
| **04/abr** | **05/abr** | **06/abr** | **07/abr** | | **08/abr** |
| Café da manhã | 08:45hrs | Café com leite, biscoitos de polvilho | Chá mate ou de ervas, torradinha com manteiga, orégano e tomate | Waffle + suco ou chá | Bolo de maçã integral  Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia | | Café com leite, pão com doce de fruta sem açúcar |
| Almoço | 11:45hrs | \*Arroz integral  \*Feijão preto  \*Tortéi enrolado com molho de tomate e calabresa  \*Frango (Coxa e sobrecoxa) assado  \*Saladas | \*Arroz branco  \*Feijão preto  \*Vaca atolada com mandioca e acém  \*Saladas | \*Arroz colorido  \*Feijão vermelho + branco  \*Purê de batata  \*Bisteca suína refogada  \*Saladas | \*Arroz colorido  \*Feijão carioca  \*Torta salgada com farinha integral com carne moída (bovina) e legumes  \*Saladas | | \*Macarrão talharim com molho de carne moída de frango e tomate  \*Saladas |
| Lanche tarde | 14:30hrs | \*Sopa de feijão preto, macarrão cabelo de anjo e legumes | \*Risoto de frango e legumes  \* Salada (tomate + pepino)  \*Fruta (maçã) | \*Sagu com creme de pudim  \*Fruta (banana) | \*Polenta cremosa, carne de panela em molho  \*Salada de repolho e cenoura  \*Fruta (manga) | | \*Pão caseirinho com omelete temperado e queijo  \* Café com leite  \*Fruta (mamão) |
| OBSERVAÇÕES: 1) Os cardápios poderão ser modificados em situações de urgência e dificuldade no recebimento de gêneros alimentares, por orientação e autorização da nutricionista. 2) Devem ser servidas no mínimo DOIS tipos de saladas no dia, preferencialmente uma cozida e uma crua/folhosas.3) Deve ser comunicado a nutricionista urgentemente sobre a falta de qualquer item que afete a execução do cardápio. | | | | | | | **Nutricionista: Thaís Mariani Bee**  **CRN 10 4103** | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – ABRIL 2022 | | | | | | | | |
| 2°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | | **SEXTA** |
| **11/abr** | **12/abr** | **13/abr** | **14/abr** | | **15/abr** |
| Café da manhã | 08:45hrs | Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia, pão de queijo de frigideira | Café com leite, cookies sem açúcar | Iogurte natural batida com fruta + granola + aveia | Chá mate ou de ervas, bolo de banana com aveia | | FERIADO |
| Almoço | 11:45hrs | \*Polenta cremosa  \*Farofa de couve  \*Costelinha suína em molho  \*Saladas | \*Arroz colorido  \*Feijão carioca  \*Lasanha de frango  \*Saladas | \*Arroz integral  \*Feijão preto  \*Panqueca com carne moída (bovina) e PTS em molho  \*Saladas | \*Risoto com frango (sassami + drumete) e legumes  \*Saladas | | FERIADO |
| Lanche tarde | 14:30hrs | \*Sopa de legumes, macarrão de letrinhas e frango (sobrecoxa) | \*Quirera com frango em molho (sassami)  \*Salada de: beterraba + tomate  \*Fruta (maçã) | \*Creme de pudim com aveia  \*Biscoitos diversos  \*Fruta (banana) | \*Cachorro-quente  \* Chá de ervas  \*Fruta (melancia)  FESTA PÁSCOA | | FERIADO |
| OBSERVAÇÕES: 1) Os cardápios poderão ser modificados em situações de urgência e dificuldade no recebimento de gêneros alimentares, por orientação e autorização da nutricionista. 2) Devem ser servidas no mínimo DOIS tipos de saladas no dia, preferencialmente uma cozida e uma crua/folhosas.3) Deve ser comunicado a nutricionista urgentemente sobre a falta de qualquer item que afete a execução do cardápio. | | | | | | | **Nutricionista: Thaís Mariani Bee**  **CRN 10 4103** | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – ABRIL 2022 | | | | | | | | |
| 3°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | | **SEXTA** |
| **18/abr** | **19/abr** | **20/abr** | **21/abr** | | **22/abr** |
| Café da manhã | 08:45hrs | Café com leite, torrada com: Pão, requeijão, queijo, tomate e orégano | Chá mate ou de ervas, biscoitos diversos | Waffle + suco ou chá | FERIADO | | Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia  \*Bolo salgado de tapioca |
| Almoço | 11:45hrs | \*Arroz integral  \*Feijão preto  \*Linguicinha assada com legumes e batatas  \*Saladas | \*Polenta cremosa  \*Costelinha suína assada  \*Farofa (mandioca+biju) de couve  \*Saladas | \*Arroz colorido  \*Feijão carioca  \*Bife acebolado  \*Batata doce refogada  \*Saladas | FERIADO | | \*Macarrão furado grosso com molho de tomate e calabresa  \*Frango (coxa e sobrecoxa) assado  \*Saladas |
| Lanche tarde | 14:30hrs | \* Sopa de legumes, arroz, carne bovina (acém) | \*Macarrão furado grosso com frango em molho (sassami)  \*Salada de repolho + cenoura  \*Fruta (maçã) | \* Achocolatado  + biscoitos  \*Fruta (banana) | FERIADO | | \*Arroz + feijão  +Farofa de ovos, couve e biju  \*Salada de alface  \*Fruta (abacaxi) |
| OBSERVAÇÕES: 1) Os cardápios poderão ser modificados em situações de urgência e dificuldade no recebimento de gêneros alimentares, por orientação e autorização da nutricionista. 2) Devem ser servidas no mínimo DOIS tipos de saladas no dia, preferencialmente uma cozida e uma crua/folhosas.3) Deve ser comunicado a nutricionista urgentemente sobre a falta de qualquer item que afete a execução do cardápio. | | | | | | | **Nutricionista: Thaís Mariani Bee**  **CRN 10 4103** | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – ABRIL 2022 | | | | | | | | |
| 4°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | | **SEXTA** |
| **25/abr** | **26/abr** | **27/abr** | **28/abr** | | **29/abr** |
| Café da manhã | 08:45hrs | Café com leite, bolacha caseira | Bolo de banana caseiro com aveia  Chá de ervas | Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia  \*Pão caseiro com doce de frutas sem adição de açúcares | Café com leite, pão com presunto e queijo (fazer na sanduicheira) | | Iogurte natural batida com fruta + granola + aveia |
| Almoço | 11:45hrs | \*Arroz colorido  \*Feijão vermelho + branco  \*Tortéi pastelzinho com molho de tomate e frango moído em molho  \*Saladas | \*Arroz integral  \*Feijão preto  \*Estrogonofe de carne bovina (bife em tiras)  \*Farofa (mandioca+biju) de cenoura  \*Saladas | \* Carreteiro com músculo, acém e legumes  \* Saladas | \* Arroz branco  \* Feijão carioca  \* Purê de batata  \* Bisteca suína refogada  \* Saladas | | \* Macarrão talharim com molho de carne moída (bovina)  \* Salada com grão de bico |
| Lanche tarde | 14:30hrs | \*Sopa de feijão, macarrão e legumes | \*Risoto com carne de frango  \*Salada (repolho branco, roxo e brócolis)  \*Fruta (maçã) | \*Creme de pudim com aveia  \*Biscoitos diversos  \*Fruta (banana) | \* Esfihas, chá  \*Fruta (laranja) | | \*Pão com carne moída de frango  \* Café com leite  \*Fruta (mamão) |
| OBSERVAÇÕES: 1) Os cardápios poderão ser modificados em situações de urgência e dificuldade no recebimento de gêneros alimentares, por orientação e autorização da nutricionista. 2) Devem ser servidas no mínimo DOIS tipos de saladas no dia, preferencialmente uma cozida e uma crua/folhosas.3) Deve ser comunicado a nutricionista urgentemente sobre a falta de qualquer item que afete a execução do cardápio. | | | | | | | **Nutricionista: Thaís Mariani Bee**  **CRN 10 4103** | |