|  |
| --- |
| 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 integralLeite 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 aveiaChá 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** |