|  |
| --- |
| CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – MAIO 2022 |
| 1°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | **SEXTA** |
| **02/mai** | **03/mai** | **04/mai** | **05/mai** | **06/mai** |
| 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 branco\* Feijão preto\*Lasanha de frango\*Bisteca bovina refogada\*Saladas | \*Polenta cremosa\*Frango (sassami + drumete) em molho\*Farofa (mandioca+biju) de couve\*Saladas | \*Arroz integral\*Feijão preto\*Vaca atolada com mandioca e acém\*Saladas  | \*Arroz colorido\*Lentilha\*Costela bovina assada\*Farofa (mandioca) de cenoura\*Saladas | \*Arroz branco\*Feijão vermelho + branco\*Omelete temperado\*Saladas |
| Lanche tarde | 14:30hrs | \* Sopa de legumes, arroz e feijão | \*Macarrão (furado grosso) com molho de carne moída bovina\*Salada (alface)\*Fruta (maçã) | \*Achocolatado batido com aveia\* Biscoitos diversos\*Fruta (banana) | \*Polenta com molho de frango (sassami)\* Salada (repolho + acelga)\*Fruta (melão) | \*Cuca com farofa\* 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 – MAIO 2022 |
| 2°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | **SEXTA** |
| **09/mai** | **10/mai** | **11/mai** | **12/mai** | **13/mai** |
| 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 | Café com leite, pão com manteiga  |
| Almoço | 11:45hrs | \*Arroz integral\*Feijão carioca\*Purê de batatas\*Lombo refogado\*Mix de farinhas\*Saladas | \*Macarrão espaguete grosso + molho de calabresa e tomate\* Frango (coxa e sobrecoxa assada) com legumes\*Saladas | \*Arroz colorido\*Feijão preto\*Abóbora cabotiá refogada \*Carne de panela (acém + músculo) em molhoSaladas | \*Sopa de agnoline com frango (coxa e sobrecoxa) + legumes\*Pão integral  | \*Polenta cremosa\*Carne moída (bovina) em molho + PTS\*Farofa (biju) de couveSaladas |
| Lanche tarde | 14:30hrs | \*Sopa de legumes, frango e macarrão cabelo de anjo  | \*Arroz branco\* Feijão preto\*Carne de panela em molho\* Salada (beterraba + repolho)\*Fruta (maçã) | \* Sagu com creme de pudim\*Fruta (banana) | \*Torta salgada com carne moída bovina e legumes\*Café com leite\*Fruta (mamão) | \*Pão caseirinho com doce de leite OU doce caseiro de frutas\*Chá \*Fruta (laranja) |
| 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 – MAIO 2022 |
| 3°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | **SEXTA** |
| **16/mai** | **17/mai** | **18/mai** | **19/mai** | **20/mai** |
| 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 | Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia \*Bolo salgado de tapioca | FERIADO MUNICIPAL |
| Almoço | 11:45hrs | \*Arroz colorido\*Lentilha\* Tortéi enrolado com molho de calabresa\* Frango (drumete) assado com legumes\* Saladas | \*Macarrão furado grosso + molho de carne moída e tomate\*Saladas | \*Risoto de frango e legumes\*Saladas com grão de bico cozido  | \*Arroz colorido\*Tilápia assada com legumes e batatas\*Saladas  | FERIADO MUNICIPAL  |
| Lanche tarde | 14:30hrs | \*Polenta com carne moída em molho\* Saladas (tomate e repolho) | \*Arroz carreteiro com acém + músculo + legumes\*Salada (repolho+brócolis+cenoura)\*Fruta (maçã) | \* Creme de pudim\* Biscoitos diversos\*Fruta (banana) | \* Macarrão talharim com molho de frango (sassami+drumete)\* Salada (acelga e beterraba)\*Fruta (mamão) | FERIADO MUNICIPAL |
| 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 – MAIO 2022 |
| 4°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | **SEXTA** |
| **23/mai** | **24/mai** | **25/mai** | **26/mai** | **27/mai** |
| 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 | \*Polenta cremosa\*Costelinha suína em molho OU assada\*Farofa (biju) de couve\*Saladas | \*Arroz colorido\*Feijão preto\*Batata doce refogada\*Bife cortado em tiras em molho acebolado\*Saladas  | \*Arroz integral\*Feijão carioca\*Carne suína moída em molho com batatas e legumes\*Saladas  | \*Macarrão talharim com molho de frango (sassami+drumete)\*Saladas | \*Arroz branco\*Feijão carioca\*Abóbora cabotiá caramelada OU assada\*Bisteca bovina em molho\*Saladas  |
| Lanche tarde | 14:30hrs | \*Sopa com legumes, macarrão cabelo de anjo e frango | \*Grostolis\*Café com leite\*Fruta (maçã) | \*Vitamina com: leite, banana, morango e aveia\*Biscoitos diversos  | \*Arroz branco\*Feijão preto\*Carne moída suína em molho com legumes\* Salada de repolho + pepino \*Fruta (manga) | \*Pão com carne moída bovina\*Chá\*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 – MAIO 2022 |
| 5°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | **SEXTA** |
| **30/mai** | **31/mai** | **01/jun** | **02/jun** | **03/jun** |
| Café da manhã | 08:45hrs | Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia \*Biscoitos diversos salgados | Café com leite, bolo de laranja  | Panqueca de aveia, bananaChá de maçã | Chá mate, pão com doce de fruta ou requeijão | Café com leite, bolacha caseira |
| Almoço | 11:45hrs | \*Arroz integral\*Feijão preto\*Estrogonofe de frango (sassami)\*Farofa (mandioca+biju) de cenoura\*Saladas | \*Arroz colorido\*Feijão vermelho + branco\*Purê de batatas\*Carne moída (bovina) em molho + PTSSaladas | \*Arroz branco\*Feijão carioca\*Tortéi pastelzinho com molho de calabresa e tomate\*Frango (coxa e sobrecoxa) assado com legumes\*Saladas | \*Arroz branco\*Lentilha\*Linguicinha + batata assadas\*Saladas com grão de bico | \*Macarrão espaguete grosso com molho de carne de panela (acém)\*Saladas |
| Lanche tarde | 14:30hrs | \*Macarrão gravatinha com molho de carne moída\*Salada de beterraba + cenoura + repolho | \*Arroz, feijão, estrogonofe de carne de frango\*Salada (alface)\*Fruta (maçã) | \*Torta de bolacha com creme de pudim \*Fruta (banana) | \*Risoto com frango e legumes\*Salada de acelga + brócolis \*Fruta (melancia) | \*Pão caseirinho com requeijão\*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** |