|  |
| --- |
| CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – JULHO 2022 |
| 1°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | **SEXTA** |
| **04/07** | **05/07** | **06/07** | **07/07** | **08/07** |
| 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 | Café com leite, pão com doce de fruta sem açúcar | Bolo de maçã integralLeite com cacau e açúcar mascavo ou stevia |
| Almoço | 11:45hrs | \*Arroz integral\*Feijão preto\*Estrogonofe de carne bovina (bife em tiras)\*Farofa (mandioca+biju) de cenoura\*Saladas | \*Arroz colorido\*Feijão vermelho + branco\*Tortéi pastelzinho com molho de tomate e frango moído em molho\*Saladas | \* Arroz branco\* Feijão carioca\* Purê de batata\* Bisteca suína refogada\* Saladas  | \* Carreteiro com músculo, acém e legumes\* Saladas | \* Macarrão talharim com molho de carne moída (bovina)\* Salada com grão de bico |
| Lanche tarde | 14:30hrs | \*Macarrão furado grosso com frango em molho (sassami)\*Salada de repolho + cenoura | \*Arroz colorido com legumes, batata doce assada, carne bovina em molho\* Salada de tomate e pepino\*Fruta (maçã) | \*Achocolatado\* Biscoitos\*Fruta (banana) | \*Arroz + feijão+Farofa de ovos, couve e biju\*Salada de alface\*Fruta (mamão) | **FESTA JULINA ESCOLA**(Bolo de fubá e chocolate quente) |
| 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 – JULHO 2022 |
| 2°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | **SEXTA** |
| **11/07** | **12/07** | **13/07** | **14/07** | **15/07** |
| Café da manhã | 08:45hrs | Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia, pão de queijo de frigideira | Café com leite, cookies sem açúcar | Café com leite, pão com manteiga | Chá mate ou de ervas, bolo de banana com aveia | Iogurte natural batida com fruta + granola + aveia |
| 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 feijão, macarrão e legumes | \* Mini pizza, chá ou suco\*Fruta (maçã) | \*Creme de pudim com aveia\*Biscoitos diversos \*Fruta (banana) | \*Risoto com frango\*Salada (repolho branco, roxo e brócolis)\*Fruta (mamão) | \*Pão com carne moída bovina\* 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 – JULHO 2022 |
| 3°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | **SEXTA** |
| **18/07** | **19/07** | **20/07** | **21/07** | **22/07** |
| Café da manhã | 08:45hrs | RECESSO | RECESSO | RECESSO | RECESSO | RECESSO |
| Almoço | 11:45hrs | RECESSO | RECESSO | RECESSO | RECESSO | RECESSO |
| Lanche tarde | 14:30hrs | RECESSO | RECESSO | RECESSO | RECESSO | RECESSO |
| 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 – JULHO 2022 |
| 4°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | **SEXTA** |
| **25/07** | **26/07** | **27/07** | **28/07** | **29/07** |
| Café da manhã | 08:45hrs | RECESSO | RECESSO | RECESSO | RECESSO | RECESSO |
| Almoço | 11:45hrs | RECESSO | RECESSO | RECESSO | RECESSO | RECESSO |
| Lanche tarde | 14:30hrs | RECESSO | RECESSO | RECESSO | RECESSO | RECESSO |
| 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** |