|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| CARDÁPIO CRECHE (Maternais e Berçário II) – JULHO 2022 | | | | | | | | |
| 1°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | | **SEXTA** |
| **04/07** | **05/07** | **06/07** | **07/07** | | **08/07** |
| Café da manhã | 08:00 hrs | 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 integral  Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia |
| Almoço | 10:30 hrs | \*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 1 | 14:00 hs | Sagu com creme de maisena | Buffet de frutas | Iogurte natural batido com fruta | Buffet de frutas | | Buffet de frutas |
| Lanche tarde 2 | 16:00 hs | \*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 | \*Sopa de legumes, frango, macarrão de letrinhas | \*Arroz + feijão  +Farofa de ovos, couve e biju  \*Salada de alface | | Sanduiche natural (pão, presunto, queijo, alface, tomate e cenoura)  \* Chá |
| 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 CRECHE (Maternais e Berçário II) – JULHO 2022 | | | | | | | | |
| 2°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | | **SEXTA** |
| **11/07** | **12/07** | **13/07** | **14/07** | | **15/07** |
| Café da manhã | 08:00 hrs | 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 | 10:30 hrs | \* 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 1 | 14:00 hs | Creme de maizena, biscoito salgado | Buffet de frutas | Barra de cereal e frutas | Buffet de frutas | | Buffet de frutas |
| Lanche tarde 2 | 16:00 hs | \*Sopa de feijão, macarrão e legumes | \* Mini pizza, chá ou suco | \*Sopa de legumes, frango e arroz | \*Risoto com frango  \*Salada (repolho branco, roxo e brócolis) | | \*Pão com carne moída bovina  \* Chá |
| 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 CRECHE (Maternais e Berçário II) – JULHO 2022 | | | | | | | | |
| 3°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | | **SEXTA** |
| **18/07** | **19/07** | **20/07** | **21/07** | | **22/07** |
| Café da manhã | 08:00 hrs | Chá mate ou de ervas, biscoitos diversos | Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia  \*Bolo salgado de tapioca | Waffle + suco ou chá | Café com leite, torrada com: Pão, requeijão, queijo, tomate e orégano | | Café com leite, bolo de laranja |
| Almoço | 10:30 hrs | \*Arroz integral  \*Feijão carioca  \*Purê de batatas  \*Lombo refogado  \*Mix de farinhas  \*Saladas | \*Arroz colorido  \*Feijão preto  \*Abóbora cabotiá refogada  \*Carne de panela (acém + músculo) em molho  Saladas | \*Sopa de agnoline com frango (coxa e sobrecoxa) + legumes  \*Pão integral | \*Polenta cremosa  \*Carne moída (bovina) em molho + PTS  \*Farofa (biju) de couve  Saladas | | \*Macarrão espaguete grosso + molho de calabresa e tomate  \* Frango (coxa e sobrecoxa assada) com legumes  \*Saladas |
| Lanche tarde 1 | 14:00 hs | Buffet de frutas | Gelatina incolor batida com fruta + creme de maizena | Buffet de frutas | Iogurte natural batido com fruta | | Buffet de frutas |
| Lanche tarde 2 | 16:00 hs | \*Polenta com molho de frango (sassami)  \* Salada (repolho + acelga) | \*Macarrão (penne) com molho de carne moída bovina  \*Salada (alface) | \* Arroz, feijão, omelete com legumes e queijo  \* Salada (beterraba e cenoura) | \*Torta salgada com: legumes carne moída bovina  \*Suco ou chá | | Sopa de feijão, arroz e legumes |
| 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 CRECHE (Maternais e Berçário II) – JULHO 2022 | | | | | | | | |
| 4°. SEMANA | **Refeição** | **Horário** | **SEGUNDA** | **TERÇA** | **QUARTA** | **QUINTA** | | **SEXTA** |
| **25/07** | **26/07** | **27/07** | **28/07** | | **29/07** |
| Café da manhã | 08:00 hrs | Café com leite, bolacha caseira | Café com leite, pão com presunto e queijo (fazer na sanduicheira) | Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia  \*Pão caseiro com doce de frutas sem adição de açúcares | Bolo de banana caseiro com aveia  Chá de ervas | | Iogurte natural batida com fruta + granola + aveia |
| Almoço | 10:30 hrs | \*Arroz integral  \*Feijão preto  \* Frango moído em molho com legumes  \*Saladas | \*Arroz colorido  \*Tilápia assada com legumes e batatas  \*Saladas | \*Macarrão furado grosso + molho de carne moída e tomate  \*Saladas | \*Risoto de frango e legumes  \*Saladas com grão de bico cozido | | \*Arroz colorido  \*Lentilha  \* Tortéi enrolado com molho de calabresa  \* Frango (drumete) assado com legumes  \* Saladas |
| Lanche tarde 1 | 14:00 hs | Creme de maisena | Buffet de frutas | Barra de cereal | Buffet de frutas | | Buffet de frutas |
| Lanche tarde 2 | 16:00 hs | \*Sopa de legumes, frango e macarrão cabelo de anjo | \*Arroz branco  \* Feijão preto  \*Carne de panela em molho  \* Salada (beterraba + repolho) | \*Sopa de feijão, macarrão de letrinhas e legumes | \*Torta salgada com carne moída e legumes  \*Suco de uva | | \*Esfihas  \*chá |
| 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** | |