|  |
| --- |
| 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 integralLeite 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 molhoSaladas | \*Sopa de agnoline com frango (coxa e sobrecoxa) + legumes\*Pão integral  | \*Polenta cremosa\*Carne moída (bovina) em molho + PTS\*Farofa (biju) de couveSaladas  | \*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 aveiaChá 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** |