



Conveniadas (Integral 70%)

CARDÁPIO VI

Dia	Lanche da manhã: a partir das 08h	Almoço: a partir das 11:00h	Sobremesa	Lanche da tarde: a partir das 14h30
	1ª semana	1ª semana	1ª semana	1ª semana
1	Pão bisnaga c/ mant, leite, melancia	Arroz, feijão, ensopado suíno (pernil) com batata	Melancia	Pão bisnaga c/ mant, leite, melão
2	Pão bisnaga c/ mant, leite, goiaba	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa assada, quiabo refogado	Goiaba	Ovo mexido, melancia
3	Pão bisnaga c/ mant, leite, melão	Arroz, feijão, frango (peito) em tiras refogado, salada de berinjela em cubos	Melão	Torta caseira de banana n c/ aveia, leite, goiaba
	2ª semana	2ª semana	2ª semana	2ª semana
6	Pão bisnaga c/ mant, leite, maçã gala	Arroz, feijão, carne moída refogada, salada de abóbora seca	Maçã gala	Pão bisnaga c/ mant, leite, pera willians
7	Pão bisnaga c/ mant, leite, pera willians	Arroz, feijão, filé mignon suíno refogado, batata doce amarela refogada	Pera willians	Ovo mexido, maçã gala
8	Torrada (pão bisnaga) c/ mant, leite, banana nanica	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa ao molho de laranja, quiabo refogado	Goiaba	Bolo caseiro de chocolate s/ açúcar (banana+aveia+leite), frapê de abacate, goiaba
9	Pão bisnaga c/ mant, frapê de abacate, mamão formosa	Arroz, feijão, pernil acebolado, repolho roxo refogado	Mamão formosa	Pão francês c/ mant, leite, banana nanica
10	Ovo mexido, goiaba	Arroz, feijão, frango (sassami) ao molho com mandioca, salada de pepino calpira em rodetas	Banana nanica	Torta caseira de legumes (abobr+tom), mamão formosa
	3ª semana	3ª semana	3ª semana	3ª semana
13	Pão bisnaga c/ mant, leite, laranja	Arroz, feijão, carne tiras IQF refogada, abobrinha brasileira refogada	Laranja	Ovo mexido, maçã gala
14	Pão bisnaga c/ mant, leite, maçã gala	Arroz, feijão, peixe assado ao molho, purê de cará com cenoura	Maçã gala	Pão francês c/ mant, leite, laranja
15	Pão bisnaga c/ requeijão caseiro, leite, tangerina ponkan	Arroz, feijão preto, pernil refogado, farofa de espinafre, vinagrete	Caqui	Bolo caseiro de banana s/ açúcar (aveia+suco de maçã), leite, manga
16	Pão bisnaga c/ mant, leite, manga	Arroz, feijão, macarrão parafuso ao alho e óleo, coxa e sobrecoxa ao molho, salada de acelga com tomate	Manga	Pão francês c/ mant, leite, caqui
17	Ovo mexido, caqui	Arroz, feijão, stroganoff de frango (peito), batata doce rosada refogada	Tangerina p.	Quibe de aveia ao forno, tangerina ponkan
	4ª semana	4ª semana	4ª semana	4ª semana
20	Ovo mexido, maçã gala	Arroz, feijão, carne moída refogada, salada de repolho verde	Maçã gala	Pão bisnaga c/ mant, leite, mamão formosa
21	Pão bisnaga c/ mant, leite, mamão formosa	Arroz, tutu de feijão, filé mignon suíno acebolado, abóbora seca refogada	Mamão formosa	Ovo mexido, maçã gala
22	Pão bisnaga c/ mant, leite, melancia	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa refogada, salada de grão de bico	Melancia	Pão bisnaga c/ requeijão caseiro, frapê de chocolate c/ banana e aveia, tangerina murcote
23	Pão bisnaga c/ mant, leite, banana nanica	Arroz, feijão, pernil refogado com limão, beringela em cubos	Banana nanica	Bolinha caseira de batata, leite, banana nanica
24	Pão bisnaga c/ mant, frapê de chocolate c/ banana e aveia, tangerina murc.	Arroz, feijão, frango (sassami) refogado, abobrinha brasileira refogada	Tangerina murc.	Torta de atum, melancia
	5ª semana	5ª semana	5ª semana	5ª semana
27	Ovo mexido, melão	Arroz, feijão, filé mignon suíno IQF acebolado, quibebe de abóbora japonesa	Melão	Pão bisnaga c/ mant, leite, maçã gala
28	Pão bisnaga c/ mant, leite, maçã gala	Arroz, feijão, pernil refogado, salada de chuchu	Maçã gala	Pão francês c/ mant, leite, melão
29	Pão bisnaga c/ mant, leite, abacaxi	Arroz, feijão, carne em tiras refogada, mandioca cozida, acelga refogada	Abacaxi	Bolinha caseira de batata doce, leite, caqui
30	Pão bisnaga c/ mant, frapê de abacate fortuna, caqui	Arroz, feijão, frango (peito) em cubos refogado, salada de pepino calpira em palito, salada de alface crespa	Banana nanica	Omelete de legumes (abob bras+cen), abacaxi
31	Ovo mexido, banana nanica	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa assada, repolho verde refogado c/ tomate	Caqui	Pão bisnaga c/ mant, iogurte natural + banana nan.+ uva passa, caqui

Hidratação: Oferecer água filtrada e/ou fervida nos intervalos entre as refeições. Poderá ser oferecido água após as refeições com moderação e/ou se a criança solicitar por estar com sede.