

CARDÁPIO AGOSTO/ 2024 – INFANTIL

| DIA                            | Lanche da Manhã                                 | Almoço   | Lanche da Tarde                          | Pré-Jantar   |
|--------------------------------|---|--|--|--|
| <b>Segunda-feira<br/>05/08</b> | Maçã<br>Pão de leite com manteiga               | Arroz<br>Feijão Carioca<br>Frango em cubos com molho de tomate<br>Escarola refogada<br>Cenoura ralada<br>Suco de Abacaxi com hortelã | Mexerica<br>Torrada integral com queijo  | Creme de mandioca com carne moída                        |
| <b>Terça-feira<br/>06/08</b>   | Banana<br>Cookies de cacau                      | Arroz meio a meio<br>Feijão Carioca<br>Iscas de carne grelhadas<br>Salada de alface americana com tomate cereja<br>Laranja           | Pera<br>Pão caseiro com manteiga         | Risotinho de Frango (Arroz cremoso com frango e legumes) |
| <b>Quarta-feira<br/>07/08</b>  | Mamão<br>Pão integral com queijo                | Arroz meio a meio<br>Feijão Carioca<br>Picadinho de carne com legumes<br>Salada de acelga<br>Melancia                                | Melão<br>Biscoito de aveia               | Macarrão com tiras de frango                             |
| <b>Quinta-feira<br/>08/08</b>  | Melão<br>Biscoito de polvilho                   | Arroz<br>Feijão Carioca<br>Omelete de espinafre<br>Mandioquinha ao azeite e ervas<br>Salada de tomate<br>Manga                       | Banana<br>Pizza de pão integral          | Sopa de feijão com legumes e carne                       |
| <b>Sexta-feira<br/>09/08</b>   | Manga<br>Torrada integral com geleia de morango | Arroz com inhame<br>Feijão Carioca<br>Filé de Frango grelhado<br>Abobrinha refogada<br>Salada de alface e tomate<br>Maçã             | Maça<br>Pão de milho com creme de ricota | Sopa de grão de bico e legumes                           |

| DIA                    | Lanche da Manhã                           | Almoço   | Lanche da Tarde   | Pré-Jantar  |
|------------------------|---|--|---|---|
| Segunda-feira<br>12/08 | Banana com aveia e iogurte natural        | Arroz meio a meio<br>Feijão Carioca<br>Carne de panela<br>Beterraba ao azeite e ervas<br>Salada de repolho<br>Abacaxi              | Mamão<br>Pão integral com manteiga                              | Sopa de legumes e macarrão de letrinhas                         |
| Terça-feira<br>13/08   | Maçã<br>Torrada com requeijão             | Arroz com inhame<br>Feijão Carioca<br>Sobrecoxa de frango assada com batatas<br>Salada de alface, cenoura ralada e pepino<br>Melão | Chá de erva doce<br>Pão de leite com geleia de frutas vermelhas | Creme de abóbora com carne desfiada                             |
| Quarta-feira<br>14/08  | Mamão<br>Pão de milho com manteiga        | Arroz<br>Feijão Carioca<br>Carne moída com chuchu<br>Salada de acelga com tomate<br>Melancia                                       | Banana<br>Biscoito de cacau                                     | Risotinho de Caipira (Arroz cremoso com milho e ovos)           |
| Quinta-feira<br>15/08  | Manga<br>Pão na chapa com manteiga        | Arroz<br>Feijão Preto<br>Pernil refogado<br>Couve manteiga refogada<br>Vinagrete<br>Laranja  | Maçã<br>Bolo de banana caseiro                                  | Canja (sopa de legumes, frango e arroz integral)                |
| Sexta-feira<br>16/08   | Melão<br>Pão de leite com creme de ricota | Arroz meio a meio<br>Feijão Carioca<br>com frango ensopado<br>Purê de mandioquinha<br>Salada de alface<br>Mexerica                 | Salada de frutas<br>Torrada integral com manteiga               | Risotinho de carne (arroz cremoso com legumes e carne desfiada) |

| <b>DIA</b>                     | <b>Lanche da Manhã</b>                      | <b>Almoço</b>   | <b>Lanche da Tarde</b>                              | <b>Pré-Jantar</b>                                     |
|--------------------------------|---|---|---|---|
| <b>Segunda-feira<br/>19/08</b> | Mamão<br><br>Mingau de aveia                | Arroz meio a meio<br>Feijão Carioca<br>Filé de frango grelhado com tomate e manjericão<br>Couve-flor ao azeite e ervas<br>Salada de alface<br>Melão | Melancia<br><br>Pão de leite com manteiga           | Creme de mandioquinha com frango desfiado             |
| <b>Terça-feira<br/>20/08</b>   | Manga<br><br>Pão integral com queijo branco | Arroz meio a meio<br>Feijão carioca<br>Isca de carne grelhadas<br>Escarola refogada<br>Salada de tomate<br>Laranja                                  | Maçã<br><br>Bolacha de maisena                      | Risotinho de caipira (arroz cremoso com milho e ovos) |
| <b>Quarta-feira<br/>21/08</b>  | Melão<br><br>Pão de coco com geleia de uva  | Macarrão ao sugo<br>Isca de frango grelhados<br>Cenoura Salté<br>Melancia   | Banana<br><br>Torrada integral com requeijão        | Sopa de batatas e carne moída                         |
| <b>Quinta-feira<br/>22/08</b>  | Maçã<br><br>Pão integral com manteiga       | Arroz<br>Lentilha com carne moída<br>Batatas coradas<br>Salada de alface lisa e tomate<br>Mexerica  | Abacaxi<br><br>Pão de queijo caseiro                | Sopa de legumes e frango desfiado                     |
| <b>Sexta-feira<br/>23/08</b>   | Vitamina de Abacate<br><br>Cookies de aveia | Arroz meio a meio<br>Feijão Carioca<br>Filé mignon suíno<br>Berinjela refogada<br>Salada de alface<br>Maçã  | Manga<br><br>Biscoito salgado com geleia de Pêssego | Sopa de abobora com carne e espinafre                 |

| DIA                            | Lanche da Manhã                                      | Almoço   | Lanche da Tarde   | Pré-Jantar   |
|--------------------------------|--|--|---|--|
| <b>Segunda-feira<br/>26/08</b> | Pera<br>Torrada integral com creme de ricota         | Arroz meio a meio<br>Feijão Carioca<br>Filé de frango grelhado<br>Espinafre refogado<br>Salada de tomate<br>Mexerica | Melancia<br>Pão integral com manteiga                     | Creme de mandioca com carne em cubos                     |
| <b>Terça-feira<br/>27/08</b>   | Melão<br>Pão integral com requeijão                  | Arroz<br>Feijão Carioca<br>Iscas de carne refogadas<br>Berinjela refogada<br>Salada de repolho<br>Maçã               | Laranja<br>Bolo de Cacau caseiro                          | Macarrão ao sugo com ovos cozidos                        |
| <b>Quarta-feira<br/>28/08</b>  | Manga<br>Biscoito de polvilho                        | Arroz<br>e Grão de Bico com Carne e cenoura<br>Abobrinha grelhada<br>Salada de alface<br>Abacaxi                     | Suco de acerola<br>Pão de milho com requeijão             | Polenta cremosa com carne moída e legumes                |
| <b>Quinta-feira<br/>29/08</b>  | Banana<br>Bisnaguinha com manteiga                   | Arroz meio a meio<br>Feijão Carioca<br>Carne de panela<br>Vagem ao azeite e ervas<br>Salada de acelga<br>Melancia    | Maçã<br>Cookies de aveia                                  | Risotinho de Frango (Arroz cremoso com frango e legumes) |
| <b>Sexta-feira<br/>30/08</b>   | Vitamina de morango<br>Torrada integral com manteiga | Lasanha a bolonhesa<br>Brócolis ao vapor<br>Salada alface e cenoura ralada<br>Melão                                  | Salada de Frutas<br>Biscoito de gergelim com cream chease | Sopa com legumes   |