



CARDÁPIO - EDUCAÇÃO INFANTIL

ABRIL 2023



	SEGUNDA 03/04	TERÇA 04/04	QUARTA 05/04	QUINTA 06/04	SEXTA 07/04
Desjejum	Leite puro, Pão caseiro Fruta	Leite puro, bolo de maçã s/ açúcar (ver receita) Fruta	Leite puro, pão de forma c/ nata Fruta	Creme de aveia c/ banana (ver receita) Fruta	FERIADO
Almoço	Feijão, arroz, carne moída, salada de cenoura	Lentilha, arroz, polenta mole, frango em cubos c/ molho, salada de beterraba	Feijão, arroz, carne de panela, salada de couve -flor	Feijão, arroz, frango assado, *farofa nutritiva (ver receita), salada de repolho	FERIADO
Lanche da tarde	Banana	Maçã	Laranja	Abacaxi	FERIADO
Janta	Feijão, massa c/ carne moída, salada de beterraba	Lentilha, arroz c/ galinha, salada de couve-flor	Feijão, arroz carreteiro, salada de repolho	Feijão, arroz, omelete, salada de cenoura	FERIADO
	SEGUNDA 10/04	TERÇA 11/04	QUARTA 12/04	QUINTA 13/04	SEXTA 14/04
Desjejum	Creme de aveia c/ banana Fruta	Leite puro, bolo de banana s/ açúcar (ver receita) Fruta	Leite puro, pizza caseira de frango ou carne moída (ver receita) Fruta	Leite puro, bolo de maçã s/ açúcar (ver receita) Fruta	Leite puro Pão caseiro Fruta
Almoço	Feijão, arroz, carne suína em cubos, salada de cenoura	Feijão, arroz, moranga refogada, carne moída, salada de beterraba	Feijão, arroz, pure de batata, frango em cubos c/ molho, salada de repolho	Lentilha, arroz, panqueca de carne moída, salada de couve-flor	Feijão, arroz, carne de panela, salada de repolho
Lanche da tarde	Maçã	Laranja	Mamão/abacaxi	Banana	Goiaba
Janta	Feijão, polenta mole, carne suína em cubos, salada de beterraba	Feijão, massa, carne moída, salada de cenoura	Feijão, arroz c/ galinha, salada de couve-flor	Feijão, arroz, omelete, salada de repolho	Feijão, arroz carreteiro, salada de beterraba
	SEGUNDA 17/04	TERÇA 18/04	QUARTA 19/04	QUINTA 20/04	SEXTA 21/04

Desjejum	Creme de amido c/ maçã Fruta	Leite puro, bolo de aveia de banana s/ açúcar (ver receita) Fruta	Leite puro, pão de forma Fruta	Leite puro, bolo de maçã s/ açúcar (ver receita) Fruta	FERIADO
Almoço	Lentilha, arroz, carne bovina moída, salada de cenoura	Feijão, arroz, frango em cubos, moranga refogada, salada de brócolis	Feijão, arroz, carne suína em cubos, salada de beterraba	Feijão, arroz, frango assado, *farofa nutritiva (ver receita), salada de repolho	FERIADO
Lanche da tarde	Maça	Banana	Pitaya /abacaxi	Laranja	FERIADO
	Feijão, arroz carreteiro de carne moída, salada de repolho	Feijão, massa c/ frango, salada de cenoura	Feijão, polenta mole, carne suína em cubos, salada de couve-flor	Feijão, arroz, omelete, salada de cenoura ralada	FERIADO
	SEGUNDA 24/04	TERÇA 25/04	QUARTA 26/04	QUINTA 27/04	SEXTA 28/04
Desjejum	Leite puro, pão caseiro Fruta	Creme de aveia c/ banana, fruta	Leite puro, pão caseiro c/ geléia de banana caseira	Leite puro, pizza caseira (ver receita) Fruta	Leite puro, pão caseiro Fruta
Almoço	Feijão, arroz, carne de panela, salada de cenoura	Feijão, arroz, carne suína em cubos, salada de beterraba	Feijão, arroz, carne moída, moranga refogada, salada de repolho	Feijão, arroz, frango em cubos c/ molho, salada de couve-flor	Lentilha, arroz, frango assado, *farofa nutritiva (ver receita), salada de cenoura
Lanche da tarde	Laranja	Banana	Abacaxi	Mamão	Maça
Janta	Feijão, arroz carreteiro, salada de beterraba	Feijão, polenta mole, carne suína em cubos, salada de couve-flor	Feijão, massa, carne moída, salada de cenoura	Feijão, arroz c/ frango, salada de cenoura	Lentilha, arroz, omelete, salada de repolho

Resolução 6/2020 - Art. 18: É PROIBIDA a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de até 3 anos de idade.

Sugestões para passar no pão: Requeijão caseiro, geléia de banana, geléia de moranga c/ laranja (ver em receitas)