



Centro de Educação Infantil A Mão Cooperadora – LINDÓIA

CARDÁPIO AGOSTO 2021



CAFÉ DA MANHÃ/ DESJEJUM - MATERNAL I					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1ºSem	Mingau de aveia 2 Com banana	Chá de capim limão 3 Pão semi integral com geleia	Chá de hortelã 4 Pão semi integral com manteiga	Chá de erva doce 5 Pão semi integral com manteiga	Chá de camomila 6 Fruta
2ºSem	Mingau de aveia 9 Com banana	Chá de camomila 10 Pão semi integral com manteiga	Chá de melissa 11 Ovos mexidos	Chá de hortelã 12 Fruta	Chá de capim limão 13 Pão com ovos mexidos
3ºSem	Chá de camomila 16 Pão semi integral com geleia	Chá de hortelã 17 Biscoito polvilho doce	Chá de capim limão 18 Pão com ovos mexidos	Vitamina de fruta 19 Biscoito polvilho doce	Chá de hortelã 20 Fruta
4ºSem	Mingau de aveia 23 Com banana	Chá de capim limão 24 Pão semi integral com geleia de frutas	Chá de hortelã 25 Pão semi integral com manteiga	Chá de erva doce 26 Pão semi integral com manteiga	Chá de camomila 27 Fruta
5ªSem	Vitamina de fruta 30 Biscoito de leite	Chá de camomila 31 Pão semi integral com manteiga			

Observação: Líquidos sem adição de açúcar para crianças menores de 3 anos.

CAFÉ DA MANHÃ/ DESJEJUM – MATERNAL II E PRÉ					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1ºSem	Mingau de aveia 2 Com banana	Chá de capim limão 3 Pão semi integral com geleia	Chá de hortelã 4 Pão semi integral com manteiga	Chá de erva doce 5 Pão semi integral com manteiga	Chá de camomila 6 Fruta
2ºSem	Mingau de aveia 9 Com banana	Chá de camomila 10 Pão semi integral com manteiga	Chá de melissa 11 Ovos mexidos	Chá de hortelã 12 Fruta	Chá de capim limão 13 Pão com ovos mexidos
3ºSem	Chá de camomila 16 Pão semi integral com geleia	Chá de hortelã 17 Biscoito polvilho doce	Chá de capim limão 18 Pão com ovos mexidos	Vitamina de fruta 19 Biscoito doce/salgado	Chá de hortelã 20 Fruta
4ºSem	Mingau de aveia 23 Com banana	Chá de capim limão 24 Pão semi integral com geleia de frutas	Chá de hortelã 25 Pão semi integral com manteiga	Chá de erva doce 26 Pão semi integral com manteiga	Chá de camomila 27 Fruta
5ºSem	Vitamina de fruta 30 Biscoito de doce/salgado	Chá de camomila 31 Pão semi integral com manteiga			



Centro de Educação Infantil A Mão Cooperadora – LINDÓIA

CARDÁPIO AGOSTO 2021



ALMOÇO GERAL					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1ºSem	Arroz 2 Feijão Carne moída Parafuso á primavera (tomate, ervilha e milho) Cenoura ralada e brócolis	Arroz 3 Feijão Filé de frango á pizzaiolo Batata doce cozida Chuchu e beterraba cozida.	Arroz 4 Feijão Tiras de carne grelhadas Couve-flor ao molho branco Tomate	Arroz 5 Lentilha Coxa e sobrecoxa ao molho Quirera Pimentão colorido	Arroz 6 Feijão Estrogonofe de carne Batata rústica assada Mix de saladas verdes
2ºSem	Arroz 9 Feijão Ovos mexidos Penne ao molho sugo Abobrinha e alface	Arroz 10 Feijão Bife acebolado Purê de batata Couve manteiga ref.e tomate	Arroz 11 Feijão Frango xadrez Espaguete alho e óleo Pepino e chuchu	Arroz 12 Feijão Carne de panela Polenta cremosa Berinjela e tomate	Arroz 13 Feijão Lasanha de frango Repolho refogado Alface roxa
3ªSem	Arroz 16 Feijão Escondidinho de frango Legumes salteados Pepino japonês	Arroz 17 Feijão Ovos mexidos Parafuso ao molho sugo Couve-flor e cenoura ralada	Arroz 18 Feijão Picadinho de carne ao molho Quirera Repolho roxo ralado e beterraba	Arroz 19 Feijão Almôndegas de frango Espaguete ao molho Alface e Brócolis	Arroz 20 Feijão Bife grelhado Legumes ao molho branco Tabule
4ªSem	Arroz 23 Feijão Carne moída Mandioquinha cozida Beterraba ralada e brócolis	Arroz 24 Feijão Frango ao molho sugo Farofa de legumes Abobrinha e couve	Arroz 25 Feijão Omelete de frigideira com tomate Legumes gratinados Alface crespa e tomate	Arroz 26 Lentilha Quibe assado sem embutidos Penne ao molho Cenoura ralada e pepino	Arroz 27 Feijão Fricassê de frango Salada mista de alface e pimentão
5ªSem	Arroz 30 Feijão Sobrecoxa desossada Farofa de ovos Couve-flor e alface	Arroz 31 Feijão Almôndegas de carne Espaguete alho e óleo Cenoura ralada e couve			



Centro de Educação Infantil A Mão Cooperadora – LINDÓIA

CARDÁPIO AGOSTO 2021



LANCHE DA TARDE - Geral					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1ºSem	Risoto de frango 2	Creme de batata e cenoura 3	Cuscuz com ovos mexidos 4	Penne á bolonhesa 5	Purê de batata Com carne de panela 6
2ºSem	Vitamina de frutas 9 Pão com manteiga	Canja de frango 10	Sopa de legumes 11	Suco natural 12 Bolo de milho sem cobertura	Chá claro 13 Pipoca + 1 fruta
3ºSem	Polenta cremosa 16 Com frango	Quirera com frango 17	Macarronada 18	Sopa minestrone 19 (Feijão, macarrão, legumes e carne)	Canjica sem amendoim 20
4ºSem	Espaguete com frango 23	Sopa de batata com carne 24	Vitamina de frutas 25 Pão de queijo	Buffet de frutas da época 26 (morango, kiwi, laranja, mamão)	Chá claro 27 Pão semi integral com patê de frango caseiro
5ºSem	Purê de batata com 30 Frango desfiado ao molho	Caldo de feijão com argolinha 31			

¹ Não serão adoçados os líquidos para crianças menores de 3 anos!

²Toda nossa alimentação é3 temperada com ervas naturais!