



Centro de Educação Infantil A Mão Cooperadora – CAMPO COMPRIDO
CARDÁPIO AGOSTO 2021



ALMOÇO GERAL - GERAL

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem (Grupo B)	Arroz 2 Feijão Frango em Cubos a molho Quirera Couve-manteiga	Arroz 3 Lentilha Quibe assado sem embutidos Purê de batata Cenoura ralada e pepino	Arroz 4 Feijão Isclas de frango Brócolis ao molho branco Alface e tomate	Arroz integral 5 Feijão Tiras de carne Legumes ao forno Salda de pimentão	Arroz 6 Feijão Fricassê de frango Acelga com abacaxi
2ª Sem (Grupo A)	Arroz 9 Feijão Almôndegas ao molho sugo Espaguete Tomate e cenoura ralada	Arroz 10 Feijão Ovos estalados assados com legume (brócolis, cenoura e tomate) Rúcula e alface	Arroz 11 Feijão Bife acebolado Batata salteada Couve-flor e couve manteiga	Arroz 12 Feijão Coxa e sobrecoxa ao molho Polenta cremosa Repolho e tomate	Arroz 13 Feijão Carne assada com batatas com ervas (alecrim e tomilho) Mix de folhas
3ª Sem (Grupo B)	Arroz 16 Feijão Ovo mexido Parafuso à primavera (couve, cenoura, milho) Berinjela e alface	Arroz 17 Feijão Coxa e sobrecoxa assada Legumes refogados Tomate em Cubos	Arroz 18 Feijão Músculo cozido desfiado com batata e cenoura Alface e couve-flor	Arroz 19 Feijão Filé de frango grelhado Creme de espinafre Repolho e brócolis	Arroz 20 Feijão Estrogonofe de carne Batata palha/ batata Vagem e beterraba
4ª Sem (Grupo A)	Arroz 23 Feijão Frango em Cubos a molho Quirera Couve-manteiga	Arroz 24 Lentilha Quibe assado sem embutidos Purê de batata Cenoura ralada e pepino	Arroz 25 Feijão Isclas de frango Brócolis ao molho branco Alface e tomate	Arroz 26 Feijão Tiras de carne Legumes ao forno Salda de pimentão	Arroz 27 Feijão Fricassê de frango Acelga com abacaxi
5ª Sem (Grupo B)	Arroz 30 Feijão Almôndegas ao molho sugo Espaguete Tomate e cenoura ralada	Arroz 31 Feijão Ovos estalados assados com legume (brócolis, cenoura e tomate) Rúcula e alface			

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; **As saladas e frutas são variadas de acordo com a sazonalidade;* As 10h é servido uma fruta ou biscoito ****Às 14h é servida uma Fruta; ****Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor aceitação das crianças.**



Centro de Educação Infantil A Mão Cooperadora – CAMPO COMPRIDO

CARDÁPIO AGOSTO 2021



CAFÉ DA MANHÃ					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem (Grupo b)	Suco de fruta 2 Biscoito de polvilho	Chá de capim limão 3 Pão semi integral com geleia	Vitamina de frutas 4 Biscoito de polvilho	Chá de erva doce 5 Pão semi integral com manteiga	Chá de camomila 6 Fruta
2ª Sem (Grupo a)	Chá de capim limão 9 Ovos mexidos	Chá de camomila 10 Pão semi integral com manteiga	Suco de fruta 11 Biscoito polvilho doce	Chá de hortelã 12 Fruta	Chá de capim limão 13 Pão com ovos mexidos
3º Sem (Grupo b)	Chá de camomila 16 Pão semi integral com geleia	Suco natural 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
4º Sem (Grupo a)	Suco de fruta 23 Biscoito de polvilho	Chá de capim limão 24 Pão semi integral com geleia de frutas	Vitamina de frutas 25 Biscoito de polvilho	Chá de erva doce 26 Pão semi integral com manteiga	Chá de camomila 27 Fruta
5º Sem (Grupo b)	Chá de capim limão 30 Ovos mexidos	Chá de camomila 31 Pão semi integral com manteiga			

Os líquidos para menores de 3 anos é sem açúcar!

LANCHE DA TARDE					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem (Grupo b)	Sopa de feijão 2	Arroz de forno 3	Sopa de legumes com carne 4 desfiada	Purê de batata 5 Com frango ao molho	Penne ao molho de tomate 6 Com carne moída
2ª Sem (Grupo a)	Polenta com carne moída 9	Suco natural 10 Pipoca (exceto para berçário) + 1 fruta	Sopa vegetariana 11 (Creme de abobrinha, couve e lentilha com argolinha)	Macarronada 12	Quirera com frango 13
3º Sem (Grupo b)	Risoto de frango 16	Chá claro gelado 17 Cuscuz com ovo mexido	Macarrão com carne moída e 18 legumes	Suco natural 19 Bolo de banana <u>sem açúcar</u>	Sopa de minestrone 20 (feijão, carne, macarrão e legumes)
4º Sem (Grupo a)	Sopa de feijão 23	Arroz de forno 24	Sopa de legumes com carne 25 desfiada	Purê de batata 26 Com frango ao molho	Penne ao molho de tomate 27 Com carne moída
5º Sem (Grupo b)	Polenta com carne moída 30	Suco natural ou chá 31 Pipoca (exceto para berçário) + 1 fruta			

Observação: Toda a nossa alimentação é preparada com temperos naturais. Exceto berçário: Pipoca, será ofertado mingau de aveia no lugar.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; **As saladas e frutas são variadas de acordo com a sazonalidade;* As 10h é servido uma fruta ou biscoito ****Às 14h é servida uma Fruta; ****Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor aceitação das crianças.**