



Centro de Educação Infantil A Mão Cooperadora – PIRAQUARA

## CARDÁPIO NOVEMBRO 2022



CAFÉ DA MANHÃ/ DESJEJUM					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1ºSem		Café com leite 1 Biscoito de leite sem recheio	2 <b>FERIADO</b>	3 Chá de hortelã Banana com aveia em flocos	4 Café com leite Pão semi integral com manteiga
2ºSem	7 Café com leite Biscoito de leite 1 opção de fruta	8 Chá de hortelã Pão de cenoura com manteiga	9 Café com leite Pão de cenoura com manteiga	10 Vitamina de banana Biscoito de leite	11 Café com leite Pão semi integral com manteiga
3ªSem	14 <b>RECESSO</b>	15 <b>FERIADO</b>	16 Vitamina de mamão Biscoito de leite	17 Chá de capim limão Pão semi integral com manteiga	18 Café com leite Biscoito de leite 1 opção de fruta
4ºSem	21 Café com leite Biscoito de polvilho	22 Chá de hortelã Pão semi integral com manteiga	23 Vitamina de maçã Biscoito de leite	24 Chá de camomila Pão semi integral com manteiga	25 Café com leite Biscoito de leite 1 opção de fruta
5ºSem	28 Café com leite Biscoito de leite	29 Chá de camomila Pão de cenoura com manteiga	30 Vitamina de maçã Biscoito de leite		

\*Leite com café: preparação com limite de oferta! 70% leite e 30% café somente!

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



ALMOÇO GERAL					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem		Arroz 1 Feijão Carne de panela Batata inglesa cozida Beterraba e cenoura	2 <b>FERIADO</b>	Arroz 3 Feijão Frango ao molho Polenta cremosa Cenoura e pepino	Arroz 4 Feijão Linguíça assada Farofa de ovos com cenoura Repolho e tomate
2ª Sem	Arroz 7 Feijão Ovos mexidos com queijo Parafuso ao molho branco Repolho refogado e cenoura ralada	Arroz 8 Lentilha (sem embutidos) Escondidinho com carne de panela Cenoura e pimentão	Arroz 9 Feijão Isclas de frango ao molho Polenta cremosa Repolho e rúcula com maçã	Arroz 10 Feijão Carne suína refogada Legumes gratinados no forno Couve com laranja	Arroz integral 11 Feijão Fricassê de frango Chuchu, alface e abobrinha
3ª Sem	14 <b>RECESSO</b>	15 <b>FERIADO</b>	Arroz 16 Feijão Almôndegas de frango Espaguete alho e óleo Repolho roxo e cenoura	Arroz 17 Lentilha Carne suína ao molho Crème de milho Alface, pepino e tomate	Arroz 18 Feijão Músculo assado Parafuso ao molho branco Salada de ovos e tomate
4ª Sem	Arroz 21 Feijão Linguíça assada Farofa de banana Acelga com laranja	Arroz 22 Feijão Quibe recheado com tomate Repolho refogado Tomate, pimentão e cenoura	Arroz 23 Feijão Carne de panela Purê de batata com abóbora Alface e pimentão	Arroz 24 Feijão Picadinho de carne suína Quirera Couve manteiga e tomate	Arroz 25 Feijão Músculo assado Legumes salteados na manteiga Salada de ovos e couve-flor
5ª Sem	Arroz 28 Feijão Omelete de forno Brócolis ao molho branco Repolho e tomate	Arroz 29 Feijão Carne de panela Batata rústica assada Chuchu e cenoura	Arroz 30 Lentilha (sem embutidos) Estrogonofe de frango Batata palha Brócolis e pimentão		

**CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; \*\*As saladas e frutas são variadas de acordo com a sazonalidade;\*\*\* Às 14h é servido uma porção de 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 – PIRAQUARA

### CARDÁPIO NOVEMBRO 2022



LANCHE DA TARDE					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem		Polenta cremosa 1 Com carne suína	2 FERIADO	Chá de camomila 3 Pipoca salgada 1 opção de fruta	Suco do hulk (verde) 4 Bolo de fubá (sem cobertura)
2ª Sem	Chá de camomila 7 Ovos mexidos	Chá de capim limão 8 Pão francês com ovo mexido	Caldo de feijão 9 Com carne de panela	Parafuso alho e óleo 10 Carne moída	Macarronada 11
3ª Sem	14 RECESSO	15 FERIADO	Escondidinho de batata 16 Com carne de panela	Chá de camomila 17 Banana, maçã e mamão Com opcional de aveia em flocos	Risoto de carne suína 18
4ª Sem	Polenta cremosa 21 E carne de panela ao molho	Suco de laranja 22 Pipoca salgada 1 opção de fruta	Chá de camomila 23 Pão de cenoura com manteiga	Canja de frango 24	Suco natural 25 Torta de frango
5ª Sem	Risoto de frango 28	Suco de melancia 29 Pão francês com carne de panela desfiada	Chá de hortelã 30 Omelete de forno		

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



LANCHE DA TARDE - CARDÁPIO PARA ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA E OVOS

CRIANÇA: M.L. R. C. (ALUNA DA TARDE)

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem		<b>Polenta cremosa</b> 1 Sem adição de leite ou derivados, Com carne suína	2 <b>FERIADO</b>	3 Chá de camomila Pipoca salgada 1 opção de fruta	4 Suco do hulk (verde) <b>Cupcake de fubá sem leite ou ovos</b>
2º Sem	7 Chá de camomila <b>Pão sem leite e ovos com geleia</b>	8 Chá de capim limão <b>Pão sem leite e ovos com frango moído</b>	9 Caldo de feijão Com carne de panela	10 <b>Macarrão sem ovos</b> Carne moída	11 Macarronada <b>Com macarrão sem ovos</b>
3ª Sem	14 <b>RECESSO</b>	15 <b>FERIADO</b>	16 <b>Batata sem leite</b> Com carne de panela	17 Chá de camomila Banana, maçã e mamão Com opcional de aveia em flocos	18 Risoto de carne suína <b>(sem leite e derivados)</b>
4ª Sem	21 <b>Polenta cremosa</b> (sem leite e derivados)E carne de panela ao molho	22 Suco de laranja Pipoca salgada 1 opção de fruta	23 Chá de camomila <b>Pão de cenoura com geleia (sem leite)</b>	24 Canja de frango	25 Suco natural <b>Torta de pão sem leite e ovos com recheio de frango</b>
5ª Sem	28 Risoto de frango <b>(sem leite e derivados)</b>	29 Suco de melancia Pão francês com carne de panela desfiada	30 Chá de hortelã <b>Macarrão (sem ovos) com carne moída</b>		

**Orientação para a cozinha:**

- 1- Quando for molho de tomate (pronto), olhar a lista de ingredientes da marca e verificar se existe a presença de leite. CUIDADO! Pois não pode ser ofertado caso tenha!
- 2- Dê olho nos rótulos! 3- LEMBRETE: Vocês tiveram os treinamentos, então caso tenha algum erro de digitação ou algo assim, **comunique!** Não oferte a criança LEITE OU OVOS sem devida orientação.
- 4- Nas preparações que iriam leite de vaca, pode ser substituído por leite de amêndoas! Separar e finalizar o preparo individualmente!

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