



Centro de Educação Infantil A Mão Cooperadora – PIRAQUARA

CARDÁPIO MARÇO 2023



CAFÉ DA MANHÃ/ DESJEJUM					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem			Chá de camomila 1 Pão de cenoura com manteiga	Vitamina de banana 2 Biscoito de leite simples	Café com leite 3 Pão de cenoura com manteiga
2º Sem	Chá de capim limão 6 Pão francês Com ovos mexidos	Café com leite 7 Biscoito de polvilho	Chá de camomila 8 Pão de fubá com manteiga	Vitamina de banana 9 Biscoito de leite simples	Café com leite 10 Pão de fubá com manteiga
3ª Sem	Chá de capim limão 13 Ovos mexidos	Café com leite 14 Biscoito de polvilho	Chá de camomila 15 Pão de semi integral com manteiga	Vitamina de banana 16 Biscoito de leite simples	Café com leite 17 Pão semi integral com manteiga
4º Sem	Chá de capim limão 20 Ovos mexidos	Café com leite 21 Biscoito de polvilho	Chá de camomila 22 Pão de cenoura com manteiga	Vitamina de banana 23 Biscoito de leite simples	Café com leite 24 Pão semi integral com manteiga
5º Sem	Chá de capim limão 27 Biscoito 1 opção de fruta	Café com leite 28 Biscoito de polvilho	Chá de camomila 29 Pão de cenoura com manteiga	Vitamina de banana 30 Biscoito de leite simples	Café com leite 31 Pão semi integral com manteiga

*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 Sassami de frango acebolado Brócolis ao molho branco Mix de beterraba com cenoura raladas e pimentão verde	Arroz 2 Feijão Carne de panela Purê de batata doce Repolho e cenoura cozida	Arroz 3 Feijão Fricassê de frango Tomate, repolho e beterraba
2ª Sem	Arroz 6 Feijão Linguíça de frango assada Polenta cremosa Alface crespa e beterraba	Arroz 7 <u>Lentilha sem embutidos</u> Ovos mexidos com tomate em cubos Parafuso alho e óleo com brócolis Alface com laranja e cenoura	Arroz 8 Feijão Almôndegas de frango ao molho Espaguete alho e óleo Tomate, chuchu e pepino japônês	Arroz 9 Feijão Carne de panela com manjericão Purê de abóbora Milho, acelga e couve-flor	Arroz 10 Feijão Estrogonofe de frango Batata palha Tabule
3ª Sem	Arroz 13 Feijão Carne de panela com açafrão Abóbora e batata cozidos Repolho e couve manteiga	Arroz 14 <u>Lentilha sem embutidos</u> Filé de frango grelhado* Batata doce Chuchu e pimentão	Arroz 15 Feijão Ovos mexidos com cheiro verde Souflê de batata Alface roxa com laranja	Arroz 16 Feijão Escondidinho de linguíça Pepino, abobrinha e alface	Arroz 17 Feijão Frango ao molho Polenta cremosa Parafuso com brócolis e cenoura
4ª Sem	Arroz 20 Feijão Carne moída refogada Macarrão ao molho Acelga e tomate	Arroz 21 <u>Lentilha sem embutidos</u> Quibe de frango moído Polenta cremosa Almeirão e pimentão	Arroz 22 Feijão Carne de panela Batata rústica assada Rúcula com manga e pepino	Arroz 23 Feijão Ovos mexidos Parafuso a primavera Beterraba cozida e cenoura	Arroz 24 Feijão Sobrecoxa de frango assada* Farofa de ovos Alface, brócolis e chuchu
5ª Sem	Arroz 27 Feijão Ovo cozido Macarronada Pepino japonês e cenoura ralada	Arroz 28 <u>Lentilha sem embutidos</u> Isclas de frango á marguerita Purê de batata Repolho roxo e beterraba ralada	Arroz 29 Feijão Picadinho de carne Legumes assados Repolho e chuchu	Arroz 30 Feijão Gratinado de frango Parafuso ao molho Pepino, alface e acelga	Arroz 31 Feijão Músculo assado com cebola e tomate Tomate e alface

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 MARÇO 2023



LANCHE DA TARDE					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem			Suco natural de laranja 1 Ovos mexidos	Risoto de frango 2	Creme de mandioca 3 Com carne desfiada
2ªSem	Caldo de feijão 6 Com músculo	Suco natural 7 Pipoca salgada 1 opção de fruta	Polenta com frango moído 8 Ao molho	Sopa de mandioca com músculo 9	Macarronada 10
3ªSem	Polenta com moída de frango13	Chá de capim limão 14 Cuscuz com ovos mexidos	Suco natural 15 Bolo de banana com aveia	Vitamina de banana 16 Biscoito simples de leite	Chá de erva doce 17 Pão francês com linguiça assada
4ªSem	Sopa minestrone 20	Suco natural 21 Pão francês com frango moído ao molho de tomate	Macarrão alho e óleo 22 Carne á bolonhesa	Quirera com carne suína 23	Chá de camomila 24 Torta salgada de frango
5ªSem	Canja de galinha 27	Chá de camomila 28 Bolo de pão de queijo	Creme de batata com 29 cenoura	Suco natural 30 Pão de cenoura com manteiga	Risoto de carne bovina 31

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 MARÇO 2023



LANCHE – CONTRATURNO

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem			Chá de camomila 1 Pão de cenoura com manteiga	Vitamina de banana 2 Biscoito de leite simples	Café com leite 3 Pão de cenoura com manteiga
2º Sem	Chá de capim limão 6 Pão francês Com ovos mexidos	Café com leite 7 Biscoito de polvilho	Chá de camomila 8 Pão de fubá com manteiga	Vitamina de banana 9 Biscoito de leite simples	Café com leite 10 Pão de fubá com manteiga
3ªSem	Chá de capim limão 13 Ovos mexidos	Café com leite 14 Biscoito de polvilho	Chá de camomila 15 Pão de semi integral com manteiga	Vitamina de banana 16 Biscoito de leite simples	Café com leite 17 Pão semi integral com manteiga
4º Sem	Chá de capim limão 20 Ovos mexidos	Café com leite 21 Biscoito de polvilho	Chá de camomila 22 Pão de cenoura com manteiga	Vitamina de banana 23 Biscoito de leite simples	Café com leite 24 Pão semi integral com manteiga
5º Sem	Chá de capim limão 27 Biscoito 1 opção de fruta	Café com leite 28 Biscoito de polvilho	Chá de camomila 29 Pão de cenoura com manteiga	Vitamina de banana 30 Biscoito de leite simples	Café com leite 31 Pão semi integral com manteiga

***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.**