








CARDÁPIO 2021

PRÉ 3 AO ENSINO MÉDIO

	SEMANA A	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	 COMIDA	- pão integral com requeijão - frutas	- bolo de frutas - frutas	- pão francês com patê de frango (caseiro) - frutas	- bolo de frutas - frutas	- pão integral com requeijão - frutas
	 BEBIDA	- chá - chocolate quente	- chá - chocolate quente	- chá - chocolate quente	- chá - chocolate quente	- chá - chocolate quente
ALMOÇO	 COMIDA	- arroz / feijão - ovos - jardineira de legumes - 2 saladas - frutas	- arroz / feijão - risoto de frango - legumes refogados - 2 saladas - frutas	- arroz / feijão - macarrão à bolonhesa - abobrinha gratinada - 2 saladas - frutas	- arroz / feijão - frango com cenoura - farofa - 2 saladas - frutas	- arroz / feijão - carne ao molho - polenta - 2 saladas - frutas
	 BEBIDA	- refresco	- refresco	- refresco	- refresco	- refresco
LANCHE	 COMIDA	- pão de queijo - frutas	- gelatina - rosquinha - frutas	- bolo de fubá - frutas	- broa de milho com patê de frango (caseiro) - frutas	- bolo de cenoura - frutas
	 BEBIDA	- chá	- refresco	- chá	- refresco	- chá
JANTAR	 COMIDA	- sopa de polenta com frango	- canja	- sopa de macarrão com carne	- sopa de feijão com frango	- sopa de legumes com carne

*OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

* O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade das verduras e legumes, e conforme a faixa etária da criança, os refrescos do almoço e jantar serão servidos depois das refeições.








* Caso haja qualquer restrição quanto aos ingredientes oferecidos, é de responsabilidade da família trazer o alimento substituto. Ex.: se intolerância à lactose, a família deverá trazer o leite especial.

* A alimentação complementar é oferecida gradativamente e de acordo com a orientação dos pais e pediatras.

* O jantar é servido nas Unidades Anjinho, Champagnat e Ecoville.

CARDÁPIO 2021

PRÉ 3 AO ENSINO MÉDIO

	SEMANA B	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	 COMIDA	- pão de cenoura com requeijão - frutas	- bolo de laranja - frutas	- pão francês com patê de frango (caseiro) - frutas	- bolo de fubá - frutas	- pão de beterraba com requeijão - frutas
	 BEBIDA	- chá - chocolate quente	- chá - chocolate quente	- chá - chocolate quente	- chá - chocolate quente	- chá - chocolate quente
ALMOÇO	 COMIDA	- arroz / feijão - carne moída com legumes - macarrão alho e óleo - 2 saladas - frutas	- arroz / feijão - frango refogado - legumes refogados - 2 saladas - frutas	- arroz / feijão - peixe ensopado com batatas - legumes refogados - 2 saladas - frutas	- arroz / feijão - quibe assado - batata assada - 2 saladas - frutas	- arroz / feijão - frango grelhado - jardineira de legumes - 2 saladas - frutas
	 BEBIDA	- refresco	- refresco	- refresco	- refresco	- refresco
LANCHE	 COMIDA	- chineque de banana - frutas	- pão de frios (caseiro) - frutas	- bolo de frutas - frutas	- gelatina - rosquinha - frutas	- bolo de cenoura - frutas
	 BEBIDA	- chá	- refresco	- refresco	- chá	- refresco
JANTAR	 COMIDA	- sopa de macarrão com carne e legumes	- canja	- sopa de feijão com carne	- sopa de macarrão com carne e legumes	- canja

*OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

* O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade das verduras e legumes, e conforme a faixa etária da criança, os refrescos do almoço e jantar serão servidos depois das refeições.

* Caso haja qualquer restrição quanto aos ingredientes oferecidos, é de responsabilidade da família trazer o alimento substituto. Ex.: se intolerância à lactose, a família deverá trazer o leite especial.

* A alimentação complementar é oferecida gradativamente e de acordo com a orientação dos pais e pediatras

* O jantar é servido nas Unidades Anjinho, Champagnat e Ecoville.