

Cardápio Escolar

(maiores de 1 ano)

2ª semana

11/12 a 15/12

Dezembro/ 2017

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
COLAÇÃO	Suco de maracujá Maçã	Suco de manga Pera	Suco de goiaba Melão	Suco de melão Laranja	Suco de uva Manga
ALMOÇO	Brócolis Pepino Arroz Feijão c/ beterraba Carne em cubinhos (c/ molho de tomate)	Tomate Batata sauté Arroz Feijão c/ couve Frango desfiado (c/ molho de tomate)	Alface Pepino Purê de abóbora Arroz Feijão Carne moída	Tomate Brócolis Macarrão Feijão Frango grelhado c/ abobrinha	Alface Cenoura ralada Mandioca cozida Arroz Feijão Peixe empanado assado Sobr: "creme" saudável de banana*
LANCHE DA TARDE	Suco de goiaba Biscoito de cream cracker c/ requeijão Mamão	Suco de uva Biscoito maizena Maçã	Vitamina de leite c/ mamão Tapioca c/ manteiga	Suco de abacaxi Biscoito maria Manga	Suco de manga Pão de queijo Banana
JANTAR	Galinhada c/ abóbora, abobrinha e couve	Risoto de carne c/ cenoura, chuchu e cebolinha Suco: melão	Macarronada c/ frango desfiado, tomate, abobrinha e salsa	Cuscuz de milho c/ ovo, chuchu, cenoura e couve	Canja c/ abóbora, batata doce e cebolinha

* Receita disponível no site.

- O cardápio semanal poderá ser alterado, quando necessário, variando frutas e/ou verduras, evitando repetições, respeitando cor, harmonia e aceitabilidade das crianças.
- Crianças com alergias ou intolerâncias alimentares terão o cardápio alterado.

MENORES DE 2 ANOS

- **Açúcar, gelatina e achocolatado** não são oferecidos.
- **Frutas para berçário II e creche I:** são oferecidas sem a casca e a uva cortada.
- **Peixe, ovo e alimentos com glúten** são oferecidos somente depois da oferta em casa.
- **Saladas cruas** são oferecidas a partir de 1 ano observando a aceitação, presença de dentes e mastigação.
- Alguns alimentos e consistência poderão ser alterados de forma individual de acordo com a fase alimentar da criança.
- Os alimentos, quando necessário, são amassados com o garfo, desfiados, picados ou cortados em pedaços pequenos (nunca, liquidificados ou peneirados).

Nutricionista

Juliane Gomes de Barros - CRN 01 / 6930