

**CARDÁPIO – Níveis
JULHO/2022**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Refeições/data					(01/07)
Café da manhã					Leite com chocolate Biscoito salgado
Almoço					Arroz Feijão Purê de batata Carne bovina ao molho Salada mista
Lanche 1					Fruta
Lanche 2					Polenta Molho de frango Salada mista
Refeições/data	(04/07)	(05/07)	(06/07)	(07/07)	(08/07)
Café da manhã	Leite Biscoito de coco	Leite Pão com requeijão caseiro	Leite Pão com melado e nata	Leite Biscoito de coco	Leite com chocolate Biscoito salgado
Almoço	Massa parafuso Carne moída ao molho Saladas: alface e tomate	Arroz Lentilha Batata cozida Carne suína Saladas: brócolis e cenoura	Arroz Feijão Omelete Salada mista	Arroz Feijão Bife de rês Salada de alface e tomate	Galinhada Feijão Saladas: chuchu e cenoura
Lanche 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche 2	Creme caramelo (leite, amido, açúcar mascavo) Biscoito Maria	Waffle Café com leite	Polenta Molho de frango Salada	Arroz Cubos de rês Salada	Sopa de legumes com carne, arroz...

**CARDÁPIO – Níveis
JULHO/2022**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Refeições/data	(11/07)	(12/07)	(13/07)	(14/07)	(15/07)
Café da manhã	Leite. Biscoito Maria	Leite. Pão com margarina	Leite. Pão com melado e nata	Leite. Bolo de maçã com canela	Leite. Biscoito Maria
Almoço	Massa caseira. Carne moída ao molho. Salada de alface e tomate.	Arroz. Feijão. Omelete. Salada mista.	Arroz. Feijão. Batata doce assada em rodela. Carne em cubos. Salada de chuchu e cenoura	Arroz. Feijão. Bife de frango. Salada de couve-flor e beterraba.	Polenta. Frango ao molho. Salada de repolho
Lanche 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche 2	Pizza de frango	Sanduíche.	Biscoito colonial Batida de banana	Pão integral com pastinha de frango	Sopa de legumes, arroz carne...
Refeições/data	(18/07)	(19/07)	(20/07)	(21/07)	(22/07)
Café da manhã	Leite Biscoito água e sal	Leite Pão integral com melado e nata	Leite Pão com margarina	Leite Biscoito água e sal	Leite. Bolo integral
Almoço	Carreteiro. Salada mista.	Arroz. Feijão. Bife de frango. Salada de couve-flor e beterraba.	Arroz. Feijão. Bolinho de carne moída. Salada de alface, pepino, tomate.	Arroz. Feijão. Isas de rês. Salada de chuchu e cenoura.	Galinhada. Salada mista.
Lanche 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche 2	Pizza de carne	Pão cachorro- quente com carne moída e alface	Carreteiro Salada	Canja de galinha	Polenta Carne moída ao molho Salada

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Refeições/data	(25/07)	(26/07)	(27/07)	(28/07)	(29/07)
Café da manhã	Leite Biscoito maisena	Leite Pão com requeijão	Leite Biscoito manteiga	Leite Bolo de banana	Leite Biscoito maisena
Almoço	Polenta Molho de frango Salada mista	Arroz Lentilha Carne picada Salada de cenoura e chuchu	Arroz Lentilha Carne suína Salada de beterraba e couve-flor	Galinhada Salada mista	Massa caseira Carne moída ao molho Salada mista
Lanche 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche 2	Sopa de frango, legumes, massinha...	Pão com melado e nata Café com leite Banana	Bolo de legumes	Panqueca de carne	Polenta Molho de frango Salada

ORIENTAÇÕES:

- O cardápio poderá eventualmente sofrer alterações, devido à disponibilidade dos alimentos;
- No lanche 2, as escolas que quiserem, sempre poderão solicitar suco como acompanhamento (suco de uva, laranja ou abacaxi integral);
- Aos alunos que frequentam apenas o turno da MANHÃ, oferecer fruta junto com o café da manhã.
- O AÇÚCAR BRANCO não será mais oferecido nas creches, somente o mascavo.
- Todos os bolos são sem cobertura.
- O LEITE oferecido no café da manhã pode ser servido puro, com café ou adoçado com açúcar mascavo.
- Qualquer alteração no cardápio, dúvida ou sugestão deverá ser repassado para a nutricionista.

Mariele Elis Theisen

NUTRICIONISTA

CRN2 - 10366