



CARDÁPIO NOVEMBRO/2016

INFANTE DAY CARE

- No Infante seguimos o **Manual de Orientação do Departamento de Nutrologia da Sociedade Brasileira de Pediatria**.
- Nos lanches oferecemos primeiro a fruta, depois o lanche e por último O cardápio poderá sofrer alterações por alimentos do mesmo valor nutricional, caso haja alguma intercorrência, com autorização prévia da nutricionista e/ou coordenação da escola.
- As frutas e verduras servidas são adquiridas após um rígido processo de seleção e disponibilidade de acordo com a época do ano, visando garantir a qualidade do produto.
- Utilizam-se temperos naturais.
- O cardápio do grupo **Kids** é isento de leite e derivados.
- Todos os pratos no almoço e jantar são finalizados com fio de azeite.
- Após o almoço e jantar será oferecido água.
- Incentivamos a criança a comer sozinha.
- Oferecemos água durante todo o dia.



Semana 14 a 18 de novembro

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
LANCHE				
Mamão, suco de goiaba e bolo de abobrinha	FERIADO	Banana, suco de melancia e biscoito de polvilho	Abacaxi, suco de laranja com couve e pão de aveia	Maçã, suco de manga e tapioca.
ALMOÇO				
Arroz com brócolis, feijão preto, carne moída, purê de cará e cenoura	FERIADO	Arroz feijão carioca, frango ao molho de tomate, couve refogada e cubinho de mandioca	Arroz misto (branco e integral), feijão preto, peixe ao molho de ervas, creme de beterraba e brócolis no vapor	Arroz feijão carioca, almondega de frango ao sugo, couve-flor no vapor e milho refogado
LANCHE				
Manga suco de melão e biscoito de aveia	FERIADO	Maçã, suco de maracujá e bolo de coco	Mamão, suco de uva e bolo de banana	Uva Thompson e água de coco e pão de batata
JANTAR				
Caldo feijão carioca, frango, batata e repolho	FERIADO	Mexido (arroz, feijão carioca, ovo, cenoura e tomate cereja)	Risotinho de frango com milho e vagem	Caldo de lentilha com carne, couve e batata



Semana de 21 a 25 de novembro

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
LANCHE				
Maçã, suco de uva e bolo de cenoura	Mamão, suco de limão e tapioca	Banana, suco de laranja com couve e cuscuz	Manga, suco de melancia e bolo de coco	Abacaxi, suco de goiaba e sequilhos
ALMOÇO				
Arroz integral, feijão preto, frango com ervas e purê de mandioca, alface e tomate cereja	Arroz com cenoura, feijão carioca, carne com batata e chuchu	Arroz misto (branco e integral), feijão preto, peixe com orégano, quiabo refogado e purê de abóbora	Arroz, feijão fradinho, carne moída refogada, creme de milho e couve manteiga	Arroz integral, feijão carioca, frango com vagem, batata doce e repolho
LANCHE				
Melancia, suco de abacaxi com hortelã e pão de aveia	Uva Thompson, suco de manga e bolo de banana	Coquetel de mamão com ameixa e bolo formigueiro	Melão, suco de laranja com beterraba e pão de batata	Banana, suco de melancia e bolo de maçã
JANTAR				
Macarrão da "Peppa" (macarrão, carne, beterraba e batata)	Risotinho de frango com legumes (batata baroa, couve)	"Mariazinha Isabel" (arroz, feijão, carne moída, batata, vagem e cheiro verde)	Galinhada (arroz, frango, milho e cenoura)	Caldo de feijão com carne, brócolis e cará