

CARDÁPIO – 2023

EMEI “EMILLY DE OLIVEIRA SILVA” - PERÍODO INTEGRAL

CRIANÇAS DE 3 A 5 ANOS

SEMANA 1

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
CAFÉ DA MANHÃ (7:00)	LEITE PÃO FRANCÊS C/ REQUEIJÃO	LEITE PÃO DE SAL CASEIRO	LEITE PÃO FRANCÊS C/ REQUEIJÃO	LEITE BISCOITO CASEIRO	LEITE PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO
COLAÇÃO (9:00)	BANANA	MAÇÃ	MAMÃO	BANANA	SALADA DE FRUTAS
ALMOÇO (12:00)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO PRETO COM PERNIL SALADA DE COUVE	ARROZ FEIJÃO COXINHA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATAS SALADA DE BETERRABA
SOBREMESA	MAÇÃ	LARANJA	MELANCIA	LARANJA	MELÃO
LANCHE DA TARDE (15:00H)	ROSCA LEITE BATIDO COM MAMÃO	TORTA DE FRANGO C/ LEGUMES MELANCIA	BOLO LEITE	BISCOITO CASEIRO LEITE BATIDO COM BANANA	PÃO FRANCÊS COM PATÊ DE CENOURA SUCO

SEMANA 2

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
CAFÉ DA MANHÃ (7:00)	LEITE PÃO FRANCÊS C/ REQUEIJÃO	LEITE PÃO DE SAL CASEIRO	LEITE PÃO FRANCÊS C/ REQUEIJÃO	LEITE BISCOITO CASEIRO	LEITE PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO
COLAÇÃO (9:00)	BANANA	MAÇÃ	MAMÃO	BANANA	SALADA DE FRUTAS
ALMOÇO (12:00)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATAS SALADA DE ALFACE	ARROZ STROGONOFF DE FRANGO SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM CENOURA SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO PERNIL EM CUBOS SALADA MIX DE REPOLHO	GALINHADA FEIJÃO SALADA DE TOMATE
SOBREMESA	MAÇÃ	LARANJA	MELANCIA	LARANJA	MELÃO
LANCHE DA TARDE (15:00H)	ROSCA LEITE BATIDO COM MAMÃO	BOLO LEITE	BISCOITO CASEIRO LEITE BATIDO COM BANANA	PÃO DE SAL CASEIRO COM MUÇARELA LARANJA	PÃO FRANCÊS COM PATÊ DE CENOURA SUCO

(Handwritten signatures and marks at the bottom of the page)

SEMANA 3

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
CAFÉ DA MANHÃ (7:00)	LEITE PÃO FRANCÊS C/ REQUEIJÃO	LEITE PÃO DE SAL CASEIRO	LEITE PÃO FRANCÊS C/ REQUEIJÃO	LEITE BISCOITO CASEIRO	LEITE PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO
COLAÇÃO (9:00)	BANANA	MAÇÃ	MAMÃO	BANANA	SALADA DE FRUTAS
ALMOÇO (12:00)	ARROZ FEIJÃO ALMÔNDEGAS AO MOLHO SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CABOTIÁ SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM MANDIOCA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO PRETO COM PERNIL SALADA DE COUVE	ARROZ À GREGA FEIJÃO SALADA DE ALFACE
SOBREMESA	MAÇÃ	LARANJA	MELANCIA	LARANJA	MELÃO
LANCHE DA TARDE (15:00H)	ROSCA LEITE BATIDO COM MAMÃO	TORTA DE FRANGO C/ LEGUMES SUCO	BOLO LEITE	BISCOITO CASEIRO LEITE BATIDO COM BANANA	PÃO FRANCÊS COM PATÊ DE CENOURA ABACAXI

SEMANA 4

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
CAFÉ DA MANHÃ (7:00)	LEITE PÃO FRANCÊS C/ REQUEIJÃO	LEITE PÃO DE SAL CASEIRO	LEITE PÃO FRANCÊS C/ REQUEIJÃO	LEITE BISCOITO CASEIRO	LEITE PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO
COLAÇÃO (9:00)	BANANA	MAÇÃ	MAMÃO	BANANA	SALADA DE FRUTAS
ALMOÇO (12:00)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATAS SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO COXINHA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO PERNIL EM CUBOS SALADA DE ALFACE	ARROZ STROGONOFF DE FRANGO SALADA DE TOMATE	MACARRONADA
SOBREMESA	MAÇÃ	LARANJA	MELANCIA	LARANJA	BANANA
LANCHE DA TARDE (15:00H)	ROSCA LEITE BATIDO COM MAMÃO	BOLO LEITE	BISCOITO CASEIRO LEITE BATIDO COM BANANA	PÃO DE SAL CASEIRO COM MUÇARELA SUCO	PÃO FRANCÊS COM PATÊ DE CENOURA MAÇÃ

OBS: OS CARDÁPIOS PODEM SOFRER ALTERAÇÕES NAS PREPARAÇÕES DE ACORDO COM A ÉPOCA DO ANO (SAZONALIDADE DAS FRUTAS E VERDURAS).


 JULIANA BASTIANINI INÁCIO COELHO
 NUTRICIONISTA/ RT - CRN 3 - 22209








CARDÁPIO – 2023

CRECHE “MARIA SILVEIRA MATTOS” - PERÍODO INTEGRAL

CRIANÇAS DE 1 A 3 ANOS

SEMANA 1

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
CAFÉ DA MANHÃ (7:00)	LEITE PÃO FRANCÊS C/ REQUEIJÃO	LEITE PÃO DE SAL CASEIRO	LEITE PÃO FRANCÊS C/ REQUEIJÃO	LEITE BISCOITO CASEIRO	LEITE PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO
COLAÇÃO (9:00)	BANANA	MAÇÃ	MAMÃO	BANANA	SALADA DE FRUTAS
ALMOÇO (12:00)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO PRETO COM PERNIL SALADA DE COUVE	ARROZ FEIJÃO COXINHA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATAS SALADA DE BETERRABA
SOBREMESA	MAÇÃ	LARANJA	MELANCIA	LARANJA	MELÃO
LANCHE DA TARDE (15:00H)	ROSCA LEITE BATIDO COM MAMÃO	TORTA DE FRANGO C/ LEGUMES MELANCIA	BOLO LEITE	BISCOITO CASEIRO LEITE BATIDO COM BANANA	PÃO FRANCÊS COM PATÊ DE CENOURA SUCO DE LARANJA

SEMANA 2

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
CAFÉ DA MANHÃ (7:00)	LEITE PÃO FRANCÊS C/ REQUEIJÃO	LEITE PÃO DE SAL CASEIRO	LEITE PÃO FRANCÊS C/ REQUEIJÃO	LEITE BISCOITO CASEIRO	LEITE PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO
COLAÇÃO (9:00)	BANANA	MAÇÃ	MAMÃO	BANANA	SALADA DE FRUTAS
ALMOÇO (12:00)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATAS SALADA DE ALFACE	ARROZ STROGONOFF DE FRANGO SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM CENOURA SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO PERNIL EM CUBOS SALADA MIX DE REPOLHO	GALINHADA FEIJÃO SALADA DE TOMATE
SOBREMESA	MAÇÃ	LARANJA	MELANCIA	LARANJA	MELÃO
LANCHE DA TARDE (15:00H)	ROSCA LEITE BATIDO COM MAMÃO	BOLO LEITE	BISCOITO CASEIRO LEITE BATIDO COM BANANA	PÃO DE SAL CASEIRO COM MUÇARELA MELANCIA	PÃO FRANCÊS COM PATÊ DE CENOURA LARANJA






SEMANA 3

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
CAFÉ DA MANHÃ (7:00)	LEITE PÃO FRANCÊS C/ REQUEIJÃO	LEITE PÃO DE SAL CASEIRO	LEITE PÃO FRANCÊS C/ REQUEIJÃO	LEITE BISCOITO CASEIRO	LEITE PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO
COLAÇÃO (9:00)	BANANA	MAÇÃ	MAMÃO	BANANA	SALADA DE FRUTAS
ALMOÇO (12:00)	ARROZ FEIJÃO ALMÔNDEGAS AO MOLHO SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CABOTIÁ SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM MANDIOCA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO PRETO COM PERNIL SALADA DE COUVE	ARROZ À GREGA FEIJÃO SALADA DE ALFACE
SOBREMESA	MAÇÃ	LARANJA	MELANCIA	LARANJA	MELÃO
LANCHE DA TARDE (15:00H)	ROSCA LEITE BATIDO COM MAMÃO	TORTA DE FRANGO C/ LEGUMES ABACAXI	BOLO LEITE	BISCOITO CASEIRO LEITE BATIDO COM BANANA	PÃO FRANCÊS COM PATÊ DE CENOURA LARANJA

SEMANA 4

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
CAFÉ DA MANHÃ (7:00)	LEITE PÃO FRANCÊS C/ REQUEIJÃO	LEITE PÃO DE SAL CASEIRO	LEITE PÃO FRANCÊS C/ REQUEIJÃO	LEITE BISCOITO CASEIRO	LEITE PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO
COLAÇÃO (9:00)	BANANA	MAÇÃ	MAMÃO	BANANA	SALADA DE FRUTAS
ALMOÇO (12:00)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATAS SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO COXINHA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO PERNIL EM CUBOS SALADA DE ALFACE	ARROZ STROGONOFF DE FRANGO SALADA DE TOMATE	MACARRONADA
SOBREMESA	MAÇÃ	LARANJA	MELANCIA	LARANJA	BANANA
LANCHE DA TARDE (15:00H)	ROSCA LEITE BATIDO COM MAMÃO	BOLO LEITE	BISCOITO CASEIRO LEITE BATIDO COM BANANA	PÃO DE SAL CASEIRO COM MUÇARELA LARANJA	PÃO FRANCÊS COM PATÊ DE CENOURA MAÇÃ

OBS: OS CARDÁPIOS PODEM SOFRER ALTERAÇÕES NAS PREPARAÇÕES DE ACORDO COM A ÉPOCA DO ANO (SAZONALIDADE DAS FRUTAS E VERDURAS).

JULIANA BASTIANINI INÁCIO COELHO
NUTRICIONISTA/ RT - CRN 3 - 22209

Can

Pariso

DE

Amfauzore