



ESCOLA DE EDUCAÇÃO INFANTIL BAMBINO CAMPONÊS

BAIRRO HARMONIA - CANOAS, RS

Cardápio para crianças maiores de um ano

Período: OUTUBRO DE 2013

Nutricionista Verônica K. Chincoli Haubert - CRN₂ 4112 *** Este cardápio está sujeito a alterações



Dia/Sem		REFEIÇÃO									
		Colação	ALMOÇO				LANCHE 1 (sugestão P/LANCHE DE CASA)			PRÉ-JANTA	
30/9	2ª	fruta	lentilha	arroz colorido, polenta mole com ovo		sal: mista	suco natural	fruta picada	bisnaguinha	arroz, moída c/batata, lentilha, salada	
1/10	3ª	fruta	Arroz	Feijão	frango desfiado ao molho, pure de legumes		sal: alface	chá	fruta picada	bolo caseiro	sopa de legumes
2/10	4ª	fruta	Arroz	Feijão	moela ao molho madeira, batata a vapor		sal: colorida	iogurte	fruta picada	bolachas sortidas	carreteiro, feijão, salada
3/10	5ª	fruta	Arroz	Feijão	fricassê de frango, massa		sal: beterraba	leite c/chocolate	fruta picada	pão de queijo	sopa de massinha
4/10	6ª	fruta		Feijão	carreteiro com moranga, ovo cozido picado		sal: primavera	LANCHE COLETIVO			
7/10	2ª	fruta	Arroz	lentilha	jardineira de frango, batata corada		sal: mista	suco natural	fruta picada	sanduche	polenta c/ovo, salada
8/10	3ª	fruta	Arroz	Feijão	carne moída com legumes, massa		sal: repolho	iogurte	fruta picada	bolachas sortidas	sopa de legumes
9/10	4ª	fruta	Arroz	Feijão	frango a caçarola c/abobrinha, pure amarelinho		sal: a moda casa	leite fermentado	fruta picada	cuca de banana	massa com moída e legumes
10/10	5ª	fruta	Arroz	Feijão	carne moída ao molho, polenta temperada		sal: cenoura	leite c/chocolate	fruta picada	bisnaguinha	sopa de feijão
11/10	6ª	fruta		Feijão	risoto com brócolis, bolinho		sal: especial	LANCHE COLETIVO			
14/10	2ª		DIA DO PROFESSOR								
15/10	3ª	fruta	Arroz	Feijão	iscas de frango aceboladas, massa		sal: alface	chá	fruta picada	bolo caseiro	sopa de legumes
16/10	4ª	fruta	Arroz	Feijão	escondidinho de batata e moída c/legumes		sal: colorida	iogurte	fruta picada	broa de polvilho	carreteiro, feijão, salada
17/10	5ª	fruta	Arroz	Feijão	panqueca de frango colorida		sal: beterraba	leite c/chocolate	fruta picada	bisnaguinha	sopa de massinha
18/10	6ª	fruta		Feijão	carreteiro com cenoura, ovo cozido picado		sal: primavera	LANCHE COLETIVO			
21/10	2ª	fruta	Arroz	lentilha	frango desfiado com legumes, massa		sal: mista	suco natural	fruta picada	bolo caseiro	polenta c/ovo, salada
22/10	3ª	fruta	Arroz	Feijão	carne moída com cenoura, batata souté		sal: repolho	iogurte	fruta picada	bolachas sortidas	sopa de legumes
23/10	4ª	fruta	Arroz	Feijão	torta de polenta c/frango desfiado e legumes		sal: a moda casa	suco de soja	fruta picada	cuca de canela	massa com moída e legumes
24/10	5ª	fruta	Arroz	Feijão	frango ao molho, pure de batata c/cenoura		sal: couve flor	leite c/chocolate	fruta picada	pão de queijo	sopa de feijão
25/10	6ª	fruta		Feijão	risoto com espinafre, batata doce picada		sal: especial	LANCHE COLETIVO			
28/10	2ª	fruta		lentilha	arroz colorido, polenta mole com ovo		sal: mista	suco natural	fruta picada	bisnaguinha	arroz, moída c/batata, lentilha, salada
29/10	3ª	fruta	Arroz	Feijão	frango ao molho refogado com batata		sal: alface	chá	fruta picada	bolo caseiro	sopa de legumes
30/10	4ª	fruta	Arroz	Feijão	massa colorida com moída e legumes		sal: colorida	iogurte	fruta picada	biscoito salgado	carreteiro, feijão, salada
31/10	5ª	fruta	Arroz	Feijão	escondidinho de batata e moela desf.		sal: beterraba	leite c/chocolate	fruta picada	bolachas sortidas	sopa de massinha
1/11	6ª	fruta		Feijão	carreteiro com milho, ovo cozido picado		sal: primavera	LANCHE COLETIVO			