

ESCOLA DE EDUCAÇÃO INFANTIL BAMBINO CAMPONÊS

BAIRRO HARMONIA - CANOAS, RS

Cardápio para crianças maiores de um ano

**Período: JULHO DE 2012**

Nutricionista Verônica K. Chincoli Haubert - CRN<sub>2</sub> 4112

\*\*\* Este cardápio está sujeito a alterações

Dia/Sem		REFEIÇÃO							
		Colação	ALMOÇO				LANCHE 1		PRÉ-JANTA
2/7	2ª	fruta	Arroz	Feijão	carne moída com legumes, purê de batata	sal: alface	suco	bolachas sortidas	polenta c/ovo, salada
3/7	3ª	fruta	Arroz	Feijão	frango ao molho c/brócolis, polenta	sal: beterraba	leite c/chocolate	bolo	sopa de legumes
4/7	4ª	fruta	Arroz	Feijão	omelete com espinafre e salsicha	sal: mista	suco	bisnaguinha	carreteiro, salada
5/7	5ª	fruta	Arroz	Feijão	almôndega ao molho, massa	sal: tomate	iogurte	biscoitos salgados	sopa de feijão
6/7	6ª	fruta		lentilha	risoto, cenoura ref. com milho	sal: colorida	LANCHE COLETIVO		
9/7	2ª	fruta	Arroz	Feijão	carne moída com moranga, batata a vapor	sal: couve flor	suco	bolachas sortidas	polenta c/ovo, salada
10/7	3ª	fruta	Arroz	Feijão	fricassê de frango, massa	sal: beterraba	leite c/chocolate	bolo	sopa de legumes
11/7	4ª	fruta	Arroz	Feijão	torta de polenta com moída	sal: mista	suco	bisnaguinha	carreteiro, salada
12/7	5ª	fruta	Arroz	Feijão	jardineira de frango com legumes	sal: repolho	iogurte	biscoitos salgados	sopa de feijão
13/7	6ª	fruta		lentilha	carreteiro com chuchu, bolinho verde	sal: primavera	LANCHE COLETIVO		
16/7	2ª	fruta	Arroz	Feijão	carne moída com legumes, massa	sal: repolho	suco	bolachas sortidas	polenta c/ovo, salada
17/7	3ª	fruta	Arroz	Feijão	panqueca de frango com cenoura	sal: beterraba	leite c/chocolate	bolo	sopa de legumes
18/7	4ª	fruta	Arroz	Feijão	omelete com couve e salsicha	sal: mista	suco	bisnaguinha	carreteiro, salada
19/7	5ª	fruta	Arroz	Feijão	torta de batata com moela desfiada	sal: tomate	iogurte	biscoitos salgados	sopa de feijão
20/7	6ª	fruta		lentilha	carreteiro c/legumes, batata doce caramelada	sal: colorida	LANCHE COLETIVO		
23/7	2ª	fruta	Arroz	Feijão	carne moída com cenoura, batata soute	sal: pepino	suco	bolachas sortidas	polenta c/ovo, salada
24/7	3ª	fruta	Arroz	Feijão	nugets de frango ao forno, massa ao molho	sal: beterraba	leite c/chocolate	bolo	sopa de legumes
25/7	4ª	fruta	Arroz	Feijão	polenta mole ao forno com queijo	sal: mista	suco	bisnaguinha	carreteiro, salada
26/7	5ª	fruta		Feijão	carreteiro com legumes, bolinho	sal: repolho	iogurte	biscoitos salgados	sopa de feijão
27/7	6ª	fruta			sopa de legumes e lentilha	sal: primavera	LANCHE COLETIVO		
30/7	2ª	fruta	Arroz	Feijão	carne moída com legumes, massa	sal: alface	suco	bolachas sortidas	polenta c/ovo, salada
31/7	3ª	fruta	Arroz	Feijão	escondidinho de frango com batata	sal: beterraba	leite c/chocolate	bolo	sopa de legumes
1/8	4ª	fruta	Arroz	Feijão	omelete com cenoura e salsicha	sal: mista	suco	bisnaguinha	carreteiro, salada
2/8	5ª	fruta	Arroz	Feijão	hambúrguer ao forno, jardineira de legumes	sal: tomate	iogurte	biscoitos salgados	sopa de feijão
3/8	6ª	fruta		lentilha	carreteiro com legumes, ovo cozido	sal: colorida	LANCHE COLETIVO		

\*\*\* ESTE CARDÁPIO PODE SER MODIFICADO COM A AUTOREZAÇÃO DA NUTRICIONISTA.