



ESCOLA DE EDUCAÇÃO INFANTIL BAMBINO CAMPONÊS  
BAIRRO HARMONIA - CANOAS, RS  
Cardápio para crianças maiores de um ano

**Período: NOVEMBRO de 2014**

Nutricionista Verônica K. Chincoli Haubert - CRN<sub>2</sub> 4112 \*\*\* Este cardápio está sujeito a alterações



Dia/Sem		REFEIÇÃO							
		Colação	ALMOÇO			LANCHE 1 (sugestão P/LANCHE DE CASA)			PRÉ-JANTA
3/11	2ª	fruta	Arroz	carne moída com cenoura, lentilha com legumes	sal: alface	suco natural	fruta picada	bolo caseiro	massinha especial
4/11	3ª	fruta	Arroz Feijão	frango acebolado, massa c/legumes	sal: beterraba	leite c/chocolate	fruta picada	bolachas sortidas	risoto
5/11	4ª	fruta	Arroz Feijão	estrogonofe de moída, batata soute	sal: brócolis	suco natural	fruta picada	sanduíche	polenta c/ovo
6/11	5ª	fruta	Arroz Feijão	moela desfiada ao sugo, polenta mole	sal: repolho	iogurte	fruta picada	bolachas salgadas	carreteiro
7/11	6ª	fruta	Feijão	arroz colorido, iscas ao molho madeira	sal: mista	LANCHE COLETIVO			
10/11	2ª	fruta	Arroz	carne moída c/abobrinha, lentilha com legumes	sal: tomate	suco natural	fruta picada	cuca de fruta	massinha especial
11/11	3ª	fruta	Arroz Feijão	jardineira de frango, polenta mole	sal: cenoura	leite c/chocolate	fruta picada	bolachas sortidas	risoto
12/11	4ª	fruta	Feijão	carreteiro com moranga, ovo cozido picado	sal: couve-flor	suco natural	fruta picada	pão c/mumu	polenta c/molho carne
13/11	5ª	fruta	Arroz Feijão	frango ao molho, massa colorida	sal: beterraba	leite fermentado	fruta picada	biscoito de polvilho	carreteiro
14/11	6ª	fruta	Arroz Feijão	rocambolo de moída ao forno, batata a vapor	sal: primavera	LANCHE COLETIVO			
17/11	2ª	fruta	Arroz	carne moída c/moranga, lentilha com legumes	sal: alface	suco natural	fruta picada	bolo caseiro	massinha especial
18/11	3ª	fruta	Arroz Feijão	moela desfiada ao sugo, polenta mole	sal: beterraba	leite c/chocolate	fruta picada	bolachas sortidas	risoto
19/11	4ª	fruta	Arroz Feijão	fricassê de frango, massa c/brócolis	sal: tomate	suco natural	fruta picada	sanduíche	polenta c/molho frango
20/11	5ª	fruta	Arroz Feijão	escondidinho de c/batata c/atum e queijo	sal: repolho	iogurte	fruta picada	cereal	carreteiro
21/11	6ª	fruta	Feijão	carreteiro com legumes, bolinho	sal: mista	LANCHE COLETIVO			
24/11	2ª	fruta	Arroz	carne moída com milho, lentilha com legumes	sal: tomate	suco natural	fruta picada	cuca de fruta	massinha especial
25/11	3ª	fruta	Arroz Feijão	nuggets de frango ao forno, massa ao molho	sal: abobrinha	leite c/chocolate	fruta picada	bolachas sortidas	risoto
26/11	4ª	fruta	Arroz Feijão	panqueca de moída com legumes	sal: couve-flor	suco natural	fruta picada	pão c/requeijão	polenta c/ovo
27/11	5ª	fruta	Feijão	risoto com cenoura, ovo cozido picado	sal: beterraba	vitamina	fruta picada	bolachas salgadas	carreteiro
28/11	6ª	fruta	Arroz Feijão	iscas ao molho com batata	sal: primavera	LANCHE COLETIVO			

Observação:

- Em função do horário de verão, em dias de forte calor, a Escola poderá oferecer na PRÉ-JANTA, UM LANCHE LEVE (nutricionalmente completo) orientado pela Nutricionista da Escola.

