



## Centro de Educação Infantil Mão Cooperadora – PIRAQUARA

### CARDÁPIO SETEMBRO 2025



CAFÉ DA MANHÃ/ DESJEJUM					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem	Leite com café Bolacha de côco 1	Chá de melissa Bolacha de maizena 2	Leite com café Torta salgada de carne 3	Suco de laranja natural Rosquinha de polvilho 4	Leite com cacau Pão de leite com frango 5
2º Sem	Mingau de aveia 8	Chá de erva cidreira Ovos mexidos 9	Leite com café Pão caseiro com manteiga 10	Vitamina de fruta Bolo de cenoura 11	Leite com cacau Biscoito salgado 12
3ªSem	Leite com café Biscoito de leite 15	Chá de maçã Rosquinha de polvilho 16	Leite com cacau Pão de cenoura com manteiga 17	Suco de fruta Bolacha de maizena 18	Chá de hortelã Pão francês com patê de carne moída 19
4º Sem	Leite com café Biscoito salgado 22	Chá de camomila Ovos mexidos 23	Leite com café Pão caseiro com manteiga 24	Vitamina de fruta Bolacha de côco 25	Chá de ervas Pão semi integral com manteiga 26
5º Sem	Leite com café Rosquinha de côco 29	Chá de maçã Rosquinha de leite 30			
*Leite com café: preparação com limite de oferta! 70% leite e 30% café somente! **A quantidade de açúcar para crianças acima de 3 anos é limitada, dentro dos padrões permitidos.					

**\*CARDÁPIO ELABORADO POR NUTRICIONISTA. \*\*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; \*\*\*As saladas e frutas são variadas de acordo com a sazonalidade;\*\*\*\* Às 10h00 e às 14h00 é servido uma porção de fruta; \*\*\*\*\*Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor aceitação das crianças, \*\*\*\*\*A HIDRATAÇÃO é incentivada várias vezes ao dia pelos professores.**



## Centro de Educação Infantil Mão Cooperadora – PIRAQUARA

### CARDÁPIO SETEMBRO 2025



#### ALMOÇO GERAL

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1º Sem	Arroz 1 Feijão branco Omelete colorido Macarrão ao molho vermelho Cenoura e tomate	Arroz 2 Lentilha Carne de panela Polenta cremosa Couve e alface	Arroz 3 Feijão preto Linguíça refogada Legumes refogados Folhas verdes e chuchu	Arroz 4 Feijão branco Peixe assado Farofa nutritiva Tomate e cenoura	Arroz 5 Feijão preto Moela ao molho Creme de cenoura Pepino e repolho
2ª Sem	Arroz 8 Feijão branco Moída refogada com legumes Mix de legumes refogados Cenoura e beterraba	Arroz integral 9 Feijão preto Pernil em cubos Macarrão alho e óleo Repolho e pepino	Arroz 10 Feijão branco Músculo com cenoura Mandioca na manteiga Alface e couve-flor	Arroz 11 Feijão branco Linguíça assada Polenta cremosa Cenoura e brócolis	Arroz 12 Lentilha Escondidinho de carne Quibebe Folhas verdes e acelga
3ª Sem	Arroz 15 Feijão preto Ovos mexidos Macarrão alho e óleo Cenoura e repolho	Arroz 16 Feijão branco Almôndega ao molho Mix de legumes refogados Beterraba e chuchu	Arroz 17 Lentilha Estrogonofe de carne Batata assada Couve e tomate	Arroz Integral 18 Feijão preto Filé de frango na chapa Quirerinha Alface e tomate	Arroz 19 Feijão branco Ensopado de peixe Bolinho de legumes Alface e brócolis
4ª Sem	Arroz 22 Feijão branco Linguíça assada Quibebe Acelga e repolho	Arroz 23 Feijão preto Músculo Batata assada com ervas finas Cenoura e pepino	Arroz integral 24 Feijão branco Pernil com legumes Parafuso ao molho vermelho Alface e agrião	Arroz 25 Feijão preto Fricassê de frango Farofa colorida Repolho e beterraba	Arroz 26 Lentilha Moída com mandioca Polenta cremosa Folhas verdes e tomate
5ª Sem	Arroz 29 Feijão branco Omelete Legumes refogados Repolho e beterraba	Arroz 30 Feijão preto Filé de peixe na chapa Mandioca refogada Cenoura e tomate			

**\*CARDÁPIO ELABORADO POR NUTRICIONISTA. \*\*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; \*\*\*As saladas e frutas são variadas de acordo com a sazonalidade;\*\*\*\* Às 10h00 e às 14h00 é servido uma porção de fruta; \*\*\*\*\*Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor aceitação das crianças, \*\*\*\*\*A HIDRATAÇÃO é incentivada várias vezes ao dia pelos professores.**



## Centro de Educação Infantil Mão Cooperadora – PIRAQUARA

### CARDÁPIO SETEMBRO 2025



#### LANCHE DA TARDE

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>1º Sem</b>	Sopa de legumes com carne 1	Chá de maçã Rosquinha de côco 2	Suco de fruta Bolacha de leite sem recheio 3	Macarrão com linguiça 4	Suco de fruta Pipoca salgada 5
<b>2º Sem</b>	Arroz carreteiro colorido com legumes 8	Salada de banana Com opcional de aveia 9	Leite com café Rosquinha de polvilho 10	Leite com café Ovos mexidos 11	Quirerinha com carne 12
<b>3ª Sem</b>	Canja 15	Arroz doce cremoso 16	Quirerinha com moída 17	<b>FESTA ANIVERSARIANTES 18</b> (bolo sem cobertura, suco natural, pipoca salgada)	Salada de banana Com opcional de aveia 19
<b>4º Sem</b>	Polenta com carne 22	Vitamina de banana 23 Pão francês com frango, alface e tomate	Leite com cacau 24 Torta salgada	Chá de melissa 25 Pão de fubá com manteiga	Risoto de frango 26
<b>5º Sem</b>	Macarrão à bolonhesa 29	Suco de fruta 30 Bolacha salgada			

Orientação para cozinha: Triturar as ervas desidratadas no liquidificador, por uma questão atual de aceitação alimentar das crianças, em atividades incentivaremos aceitação de temperos aparentes.

**\*CARDÁPIO ELABORADO POR NUTRICIONISTA. \*\*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; \*\*\*As saladas e frutas são variadas de acordo com a sazonalidade;\*\*\*\* Às 10h00 e às 14h00 é servido uma porção de fruta; \*\*\*\*\*Conforme mudança climática de temperatura, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor aceitação das crianças, \*\*\*\*\*A HIDRATAÇÃO é incentivada várias vezes ao dia pelos professores.**