

# CARDÁPIO Educação Infantil EIC NOVEMBRO 2023

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>BEM BRASIL</b>	<b>30/out</b>	<b>31/out</b>	<b>01/nov</b>	<b>02/nov</b>	<b>03/nov</b>
<b>Saladas</b>			Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, brocolis	<b>F E R I A D</b>	<b>R E C E S S</b>
<b>Pratos Quentes</b>			Arroz Arroz integral Feijão		
			Espaguete Creme de feijão batido com legumes		
			Milho cozido		
			Carne de Panela Frango grelhado		
<b>BEM BRASIL</b>	<b>06/nov</b>	<b>07/nov</b>	<b>08/nov</b>	<b>09/nov</b>	<b>10/nov</b>
<b>Saladas</b>	Saladas de alface, tomate, beterraba ralada, cenoura cozida	Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, pepino	Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, brocolis	Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, pepino	Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, couve flor
<b>Pratos Quentes</b>	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão
	Fusilli	Espaguete	Caracolino	Espaguete	Fusilli
	Creme de feijão batido com legumes	Creme de feijão batido com legumes	Creme de feijão batido com legumes	Creme de feijão batido com legumes	Creme de feijão batido com legumes
	Farofa	Ovo cozido	Farofa	Batata doce assada	Farofa
	Batata rústica com alecrim		Canja		Purê de batata
	Carne de panela	Carne moída refogada com legumes	Panqueca de carne	Bife acebolado	Almondegas caseiras ao molho sugo
	Isclas de frango grelhado	Coxa e sobrecoxa grelhada	Isclas de frango grelhado	Coxinha da asa assada	Frango grelhado
<b>BEM BRASIL</b>	<b>13/nov</b>	<b>14/nov</b>	<b>15/nov</b>	<b>16/nov</b>	<b>17/nov</b>
<b>Saladas</b>	Saladas de alface, tomate, beterraba, cenoura ralada	Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, couve flor	<b>F E R I A D O</b>	Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, cenoura cozida	Saladas de alface, tomate, beterraba, brocolis
<b>Pratos Quentes</b>	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão		Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão
	Caracolino	Espaguete		Espaguete	Caracolino
	Creme de feijão batido com legumes	Creme de feijão batido com legumes		Creme de feijão batido com legumes	Creme de feijão batido com legumes
	Milho cozido	Farofa		Farofa	Legumes Salte
	Isclas de carne ao molho ferrugem	File de peixe no vapor		Frango grelhado	Isclas de frango grelhada
	Isclas de frango grelhada	Mini Hamburguer caseiro grelhado	Isclas de carne ao molho Ferrugem	Panqueca de carne	
<b>BEM BRASIL</b>	<b>20/nov</b>	<b>21/nov</b>	<b>22/nov</b>	<b>23/nov</b>	<b>24/nov</b>
<b>Saladas</b>	Saladas de alface, tomate, beterraba ralada, cenoura cozida	Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, pepino	Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, brocolis	Saladas de alface, tomate, beterraba ralada, cenoura ralada	Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, couve flor
<b>Pratos Quentes</b>	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão
	Fusilli	Caracolino	Fusilli	Espaguete	Caracolino
	Creme de feijão batido com legumes	Creme de feijão batido com legumes	Creme de feijão batido com legumes	Creme de feijão batido com legumes	Creme de feijão batido com legumes
	Farofa	Purê de batata	Farofa	Panache de legumes	Farofa
	Batata Corada		Milho cozido		Ovo cozido
	Coxa e sobrecoxa grelhada	Almondegas caseiras assadas	Bife acebolado	Mini Hamburguer caseiro grelhado	Carne de panela
	Isclas de carne ao molho ferrugem	Coxinha da asa assada	Isclas de frango grelhado	Coxa e sobrecoxa grelhada	Isclas de frango grelhadas
<b>BEM BRASIL</b>	<b>27/nov</b>	<b>28/nov</b>	<b>29/nov</b>	<b>30/nov</b>	<b>01/dez</b>
<b>Saladas</b>	Saladas de alface, tomate, beterraba ralada, cenoura cozida	Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, pepino	Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, brocolis	Saladas de alface, tomate, beterraba ralada, cenoura cozida	Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, pepino
<b>Pratos Quentes</b>	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão
	Fusilli	Caracolino	Espaguete	Fusilli	Caracolino
	Creme de feijão batido com legumes	Creme de feijão batido com legumes	Creme de feijão batido com legumes	Creme de feijão batido com legumes	Creme de feijão batido com legumes
	Batata doce assada	Farofa	Legumes salte	Farofa	Panache de legues
	Milho cozido			Batata corada	
	Carne moída refogada com legumes	Carne de panela	Isclas de carne ao molho	Panqueca de carne	Bife acebolado
	Frango grelhado	Isclas de frango grelhada	Coxa e sobrecoxa grelhada	Isclas de frango grelhada	Coxinha da asa assada

### Informações Importantes

Obs1.: O Cardápio poderá sofrer alguma alteração ou substituição devido às condições organolépticas (cor, sabor, texturas e odor) das frutas e verduras.

Obs2.: O Cardápio poderá sofrer alteração ou substituição sem aviso prévio caso alguma das opções informadas não esteja disponível.

As folhas verdes servidas são: alface, rúcula, agrião. Saladas cruas e cozidas: cenoura, tomate, beterraba, pepino, repolho.

Legumes que são servidos conforme o cardápio: couve flor, brócolis, cenoura, abobrinha, berinjela, vagem.

A preparação Coxa e sobrecoxa de frango é **assada** e sem pele e sem osso.

**Atenção: Panquecas contém leite e ovos. Bolinho de arroz contém ovos. Fricassê de frango contém farinha e leite. Creme de milho contém leite.**

Cardápio elaborado e acompanhamento nutricional pela nutricionista Greice Bordignon CRN 0571