

CARDÁPIO Educação Infantil EIC SETEMBRO 2024

| | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|-----------------------|---|--|---|--|---|
| | 02/set | 03/set | 04/set | 05/set | 06/set |
| Saladas | Saladas de alface, tomate, beterraba ralada, cenoura cozida | Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, pepino | Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, brócolis | Saladas de alface, tomate, beterraba ralada, cenoura cozida | Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, pepino |
| Pratos Quentes | Arroz Arroz integral Feijão Fusilli | Arroz Arroz integral Feijão Caracolino | Arroz Arroz integral Feijão Espaguetti | Arroz Arroz integral Feijão Fusilli | Arroz Arroz integral Feijão 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 Batata Corada | Ovo cozido | Farofa Milho ao creme | Legumes na manteiga | Farofa Canja |
| | Coxa e sobrecoxa arelhada Isclas de carne | Cubos de carne ao molho de tomate Isclas de frango grelhado | Cubos de frango Isclas de carne ao molho ferrugem | Coxinha da asa assada Panqueca de carne | Filé de frango grelhado Mini hambúrguer caseiro assado |
| | 09/set | 10/set | 11/set | 12/set | 13/set |
| Saladas | Saladas de alface, tomate, beterraba ralada, cenoura cozida | Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, pepino | Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, brócolis | Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, pepino | Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, couve flor |
| Pratos Quentes | Arroz Arroz integral Feijão Fusilli | Arroz Arroz integral Feijão Espaguete | Arroz Arroz integral Feijão Caracolino | Arroz Arroz integral Feijão Espaguete | Arroz Arroz integral Feijão 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 |
| | Legumes sautê | Farofa Batata corada | Canja | Farofa Purê de batata | Batata doce |
| | Carne moída refogada com batatas Coxinha da asa assada | Isclas de carne Filé de frango grelhado | Panqueca de carne Coxa e sobrecoxa grelhada | Almôndegas assadas Filé de peixe no vapor | Bife acebolado Cubos de frango |
| | 16/set | 17/set | 18/set | 19/set | 20/set |
| Saladas | Saladas de alface, tomate, beterraba, cenoura ralada | Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, couve flor | Saladas de alface, tomate, beterraba, cenoura ralada | Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, cenoura cozida | Saladas de alface, tomate, beterraba, brócolis |
| Pratos Quentes | Arroz Arroz integral Feijão Caracolino | Arroz Arroz integral Feijão Espaguete | Arroz Arroz integral Feijão Fusilli | Arroz Arroz integral Feijão Espaguete | Arroz Arroz integral Feijão 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 Canja | Jardineira de legumes | Farofa Purê de batata | Legumes sautê | Farofa Milho ao creme |
| | Carne de panela Isclas de frango grelhado | Mini hambúrguer caseiro Coxinha da asa assada | Almôndegas ao sugo Isclas de frango | Coxa e sobrecoxa grelhada Carne moída refogada | Cubos de frango Panqueca de carne |
| | 23/set | 24/set | 25/set | 26/set | 27/set |
| Saladas | Saladas de alface, tomate, beterraba ralada, cenoura cozida | Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, pepino | Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, brócolis | Saladas de alface, tomate, beterraba ralada, cenoura cozida | Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, pepino |
| Pratos Quentes | Arroz Arroz integral Feijão Fusilli | Arroz Arroz integral Feijão Caracolino | Arroz Arroz integral Feijão Fusilli | Arroz Arroz integral Feijão Fusilli | Arroz Arroz integral Feijão 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 |
| | Ovo cozido | Farofa Panache de legumes | Canja | Farofa Milho ao creme | Ovo cozido |
| | Isclas de carne Coxinha da asa assada | Peixe no vapor Panqueca de carne | Coxa e sobrecoxa Mini hambúrguer caseiro | Isclas de frango grelhada Bife acebolado | Carne moída refogada Filé de frango grelhado |
| | 30/set | 01/out | 02/out | 03/out | 04/out |
| Saladas | Saladas de alface, tomate, beterraba ralada, cenoura cozida | Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, pepino | Saladas de alface, tomate, beterraba ralada, cenoura cozida | Saladas de alface, tomate, beterraba ralada, cenoura cozida | Saladas de alface, tomate, beterraba cozida, pepino |
| Pratos Quentes | Arroz Arroz integral Feijão Fusilli | Arroz Arroz integral Feijão Caracolino | Arroz Arroz integral Feijão Fusilli | Arroz Arroz integral Feijão Fusilli | Arroz Arroz integral Feijão 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 Batata doce assada | Purê de batata | Farofa Legumes salteados | Canja | Farofa Batata corada |
| | Frango grelhado Cubos de carne ao molho ferrugem | Almôndegas caseiras assadas Coxinha da asa assada | Bife acebolado Coxa e sobrecoxa grelhada | Isclas de carne ao molho ferrugem Isclas de frango grelhada | Mini hambúrguer caseiro Cubos de frango grelhado |

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 Gréice Bordignon CRN 0571