

## CARDÁPIO INFANTIL - UNIDADE ESCOLAR EIC - JUNHO 2025

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	2	3	4	5	6
<b>SALADAS</b>	Salada de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura cozida	Salada de folhas Tomate Repolho branco Cenoura ralada	Salada de folhas Tomate Milho Pepino	Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Beterraba ralada	Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Ervilha em grão
<b>ARROZ E FEIJÃO CREME DE FEIJÃO</b>	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz à grega Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão preto
<b>MASSAS</b>	Caracolino	Espaguete	Espaguete	Fuzilli	Espaguete
<b>ACOMPANHAMENTOS</b>	Farofa Batata corada assada	Farofa Bolinho de arroz assado	Farofa com crótons Canja	Farofa Creme de milho	Farofa Legumes alho e óleo
<b>CARNES</b>	Isclas de carne	Carne à bolonhesa	Frango grelhado	Filé de frango à milanesa (forno)	Isclas de carne grelhada
	Coxinha da asa assada	Isclas de frango grelhada	Yakisoba de carne	Mini hambúrguer caseiro assado	Coxa e sobrecoxa assada



**NUTREBEM**

SOLUÇÕES EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

## CARDÁPIO INFANTIL - UNIDADE ESCOLAR EIC - JUNHO 2025

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	9	10	11	12	13
<b>SALADAS</b>	Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Pepino em conserva	Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Brócolis Couve flor	Saladas de folhas Tomate Pepino Broto de feijão	Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Chuchu
<b>ARROZ E FEIJÃO CREME DE FEIJÃO</b>	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz biro biro Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto
<b>MASSAS</b>	Espaguete	Caracolino	Fusilli	Espaguete	Espaguete
<b>ACOMPANHAMENTOS</b>	Farofa Batata doce assada	Ovo cozido Pirão	Farofa Purê de batata	Brócolis e couve flor gratinados Farofa	Farofa colorida Canja
<b>CARNES</b>	File mignon suíno assado	Filé de peixe Tilápia assado	Fricassê de frango	Coxinha da asa assada	Iscas de frango refogado
	Cubos de carne acebolada	Iscas de carne com molho madeira	Almôndegas caseira assada	Carne de panela com batata	Carne moída refogada com legumes



**NUTREBEM**

SOLUÇÕES EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

## CARDÁPIO INFANTIL - UNIDADE ESCOLAR EIC - JUNHO 2025

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	16	17	18	19	20
<b>SALADAS</b>	Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Repolho branco Cenoura cozida	Saladas de folhas Tomate Cenoura ralada Milho	Feriado	Recesso
<b>ARROZ E FEIJÃO CREME DE FEIJÃO</b>	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão preto		
<b>MASSAS</b>	Caracolino	Fuzilli	Espaguete		
<b>ACOMPANHAMENTOS</b>	Farofa Polenta cremosa	Farofa Creme de legumes	Abobora caramelada Canja		
<b>CARNES</b>	Cubos de carne com molho escuro	Iscas de frango grelhado	Panqueca de carne		
	Coxinha da asa assada	Tatu assado com molho ferrugem	Coxa e sobrecoxa assada		



**NUTREBEM**

SOLUÇÕES EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

## CARDÁPIO INFANTIL - UNIDADE ESCOLAR EIC - JUNHO 2025

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	23	24	25	26	27
<b>SALADAS</b>	Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Milho	Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Repolho misto Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Sunomomo	Saladas de folhas Tomate Brócolis Couve flor
<b>ARROZ E FEIJÃO CREME DE FEIJÃO</b>	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto
<b>MASSAS</b>	Espaguete	Fusilli	Espaguete	Caracolino	Espaguete
<b>ACOMPANHAMENTOS</b>	Farofa Creme de milho	Farofa Polenta palito assada	Farofa Legumes refogados	Farofa Batata doce assada Ovo frito	Farofa Canja Nhoque
<b>CARNES</b>	Iscas de filé de frango à dorê (forno)	Carne de panela assada	Filé de peixe Tilápia assado	Hamburguinho assado	Panqueca de frango
	Carne à bolonhesa	File de peito de frango grelhado	Iscas de carne	Lombo suíno assado	Cubos de carne ao molho



**NUTREBEM**

SOLUÇÕES EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

## CARDÁPIO INFANTIL - UNIDADE ESCOLAR EIC - JUNHO 2025

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	<b>30</b>				
<b>SALADAS</b>	Saladas de folhas Tomate Brócolis Cenoura ralada				
<b>ARROZ E FEIJÃO CREME DE FEIJÃO</b>	Arroz Arroz integral Feijão preto				
<b>MASSAS</b>	Espaguete				
<b>ACOMPANHAMENTOS</b>	Farofa Legumes na manteiga de ervas				
<b>CARNES</b>	Carne à bolonhesa				
	Isclas de frango grelhada				



## **ATENÇÃO INTOLERANTES OU ALÉRGICOS:**

Preparações com leite: panqueca, estrogonofe, creme de milho.

Preparações com ovos: panqueca, bolinho de arroz.

Preparações com trigo: frango à milanesa, bolinho de arroz, panqueca, almôndegas, hambúrguer, pirão.

## **CONSIDERAÇÕES**

Informamos que o cardápio poderá passar por pequenas modificações devido à disponibilidade dos gêneros alimentícios.

Utilizamos os seguintes folhosos: alface americana, alface crespa e lisa, rúcula e agrião.

As Saladas cruas e cozidas variam: cenoura, tomate, beterraba, pepino, repolho, brócolis, couve flor, repolho.

Os Legumes servidos são: couve flor, brócolis, cenoura, abobrinha, chuchu, abóbora, berinjela, vagem.

As preparações com frango são sem pele e sem osso.

Nutricionista GREICE BORDIGNON - CRN 10 / 0571