



CARDÁPIO ABRIL. 2018
ESCOLA INFANTIL PARAÍSO. UNIDADE 1. MATERNAL



DIA DA SEMANA DATA		Segunda-feira 2/4	Terça-feira 3/4	Quarta-feira 4/4	Quinta-feira 5/4	Sexta-feira 6/4
LANCHE DA MANHÃ		Fruta da semana: pera, abacate, mamão, banana e manga				
A L M O Ç O	Prato principal (carnes/ovos)	Omelete de forno com abóbora cambotiã	Iscas de carne com vagem	Frango desfiado com milho (espiga)	Carne de panela	Moqueca de peixe
	Guarnição	Escarola refogada	Purê de batata doce	Farofa de brócolis	Macarrão ao molho nutritivo	Duo verde (abobrinha, chuchu)
	Prato base	Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão preto	Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão carioca
	Salada Suco	Salada de tomate <i>Maracujá</i>	Rúcula e acelga <i>Maçã</i>	Acelga e alface <i>Laranja</i>	Rúcula e pepino <i>Mamão</i>	Mix de folhas verdes <i>Melão</i>
LANCHE DA TARDE		Rosquinha de aveia e mel Fruta da semana <i>Maracujá</i>	Bolo de banana com canela Fruta da semana <i>Maçã</i>	Biscoito de polvilho Fruta da semana <i>Vitaminado de frutas</i>	Pão de mandioquinha com requeijão Fruta da semana <i>Mamão</i>	Torta de carne moída com queijo Fruta da semana <i>Melão</i>
J A N T A R	Crems/ sopas	Caldo verde (batata, espinafre e base de ervilha)	Sopa de abóbora, chuchu, abobrinha, carne e ervas	Canja de frango (legumes, frango e arroz)	Sopa de brócolis, inhame, frango e feijão fradinho	Sopa de grão de bico, batata e frango



CARDÁPIO ABRIL. 2018
ESCOLA INFANTIL PARAÍSO. UNIDADE 1. MATERNAL



DIA DA SEMANA DATA		Segunda-feira 9/4	Terça-feira 10/4	Quarta-feira 11/4	Quinta-feira 12/4	Sexta-feira 13/4
LANCHE DA MANHÃ		Fruta da semana: banana, caqui, goiaba, mamão e manga				
A L M O Ç O	Prato principal (carnes/ovos)	Escondidinho de frango (batata doce/ batata)	Isclas de carne ao sugo	Sobrecoxa desfiada com alho poró	Isclas de carne	Filé de frango com aveia
	Guarnição	Espinafre refogado	Polenta	Berinjela refogada	Virado de legumes	Vagem refogada
	Prato base	Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão preto	Arroz Feijão	Arroz Feijão
	Salada	Alface e beterraba	Agrião e alface	Alface e repolho branco	Repolho branco e agrião	Mix de folhas verdes
	Suco	<i>Melancia</i>	<i>Manga</i>	<i>Laranja</i>	<i>Mamão</i>	<i>Limão</i>
LANCHE DA TARDE		Pão de queijo Fruta da semana <i>Vitaminado de frutas</i>	Pão de cenoura com margarina Fruta da semana <i>Manga</i>	Torta de couve com frango Fruta da semana <i>Laranja</i>	Bolo de laranja e maracujá Fruta da semana <i>Mamão</i>	Cream cracker com patê de ricota Fruta da semana <i>Limão</i>
J A N T A R	Crems/ sopas	Sopa de batata, mandioca, lentilha e carne desfiada	Sopa de tuberculos, fubá e frango/ ervas	Sopa de feijão, batata, carne desfiada e ervas	Sopa de cenoura, batata, chuchu, carne e ervas	Sopa de mandioquinha, mandioca, chuchu, carne e ervas



CARDÁPIO ABRIL. 2018
ESCOLA INFANTIL PARAÍSO. UNIDADE 1. MATERNAL



DIA DA SEMANA DATA		Segunda-feira 16/4	Terça-feira 17/4	Quarta-feira 18/4	Quinta-feira 19/4	Sexta-feira 20/4
LANCHE DA MANHÃ		Fruta da semana: banana, manga, pera, abacate e maçã				
A L M O Ç O	Prato principal (carnes/ovos)	Omelete de legumes com farinha de aveia	Carne de panela ao sugo	Fricassê de frango	Carne de panela	Peixe com leite de coco
	Guarnição	----	Couve refogada	Acelga refogada	Macarrão com brócolis	Abóbora cambotiã refogada
	Prato base	Arroz ovelhinha	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Salada	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão carioca
	Salada	Rúcula e alface lisa	Salada de beterraba cozida	Alface lisa e pepino	Rúcula e tomate	Rúcula e alface lisa
	Suco	<i>Melancia</i>	<i>Goiaba</i>	<i>Abacaxi</i>	<i>Mamão</i>	<i>Melão com hortelã</i>
LANCHE DA TARDE		Rosquinha de chocolate	Cream cracker com geleia de frutas	Bisnaga integral com patê de frango	Torta de bauru	Bolo de coco com leite de coco
		Fruta da semana	Fruta da semana	Fruta da semana	Fruta da semana	Fruta da semana
		<i>Vitaminado de frutas</i>	<i>Goiaba</i>	<i>Abacaxi</i>	<i>Mamão</i>	<i>Melão com hortelã</i>
J A N T A R	Crems/ sopas	Sopa de legumes, macarrão e frango/ervas	Crems de abóbora, cenoura, brócolis e carne	Sopa de legumes, frango e aveia	Sopa de raízes, grão de bico e carne	Crems de batata doce, mandioca, ervilha, frango



CARDÁPIO ABRIL. 2018
ESCOLA INFANTIL PARAÍSO. UNIDADE 1. MATERNAL



DIA DA SEMANA DATA		Segunda-feira 23/4	Terça-feira 24/4	Quarta-feira 25/4	Quinta-feira 26/4	Sexta-feira 27/4
LANCHE DA MANHÃ		Fruta da semana: goiaba, melão, mamão, banana e abacate				
A L M O Ç O	Prato principal (carnes/ovos)	Croquete de carne com batata	Frango com leite de coco	Hamburguer de carne com aveia	Isclas de carne	Filé de frango acebolado
	Guarnição	Cenoura com ervas	Farofa de couve flor	Abobrinha com ervas	Mandioquinha no azeite	Brócolis refogado
	Prato base	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Salada	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão preto	Feijão carioca
	Suada	Repolho branco e cenoura	Alface e tomate	Alface e rabanete	Alface e repolho branco	Alface e repolho branco
	Suco	<i>Melão</i>	<i>Maracujá</i>	<i>Goiaba</i>	<i>Melancia</i>	<i>Mamão</i>
LANCHE DA TARDE		Pão de forma com manteiga	Pão de queijo	Pão de ervas com requeijão	Bolo formigueiro integral	Bolocha de leite
		Fruta da semana	Fruta da semana	Fruta da semana	Fruta da semana	Fruta da semana
		<i>Melão</i>	<i>Maracujá</i>	<i>Goiaba</i>	<i>Melancia</i>	<i>Vitaminado de frutas</i>
J A N T A R	Cremes/ sopas	Sopa de grão de bico, legumes e carne desfiada	Batata, abobrinha, mandioquinha e carne	Sopa de feijão, legumes e frango	Sopa de fubá, legumes e frango/ervas	Sopa de legumes, lentilha e macarrão