Cardápio Dezembro 2022 – Turno Regular e Complementar Maiores de 2 anos

4												"////	
R	DIA EFEIÇÃO	01/dez	02/dez	05/dez	06/dez	07/dez	08/dez	09/dez	12/dez	13/dez	14/dez	15/dez	16/dez
	LANCHE	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
		Pão com ovos mexidos	Bolo de laranja	Pão de queijo	Pão de queijo	Bolo mesclado	Pão com geléia caseira e requeijão	Bolo de milho	Pão de queijo	Bolo de Côco	Sanduiche de Queijo	Salgado asssado	Ovos mexidos
		Suco de Fruta	Bebida láctea	Suco de Fruta	Leite com Chocolate 50%	Suco de Fruta	Leite com Chocolate 50%	Bebida láctea	Suco de Fruta	Leite com Chocolate 50%	Suco de Fruta	Leite com Chocolate 50%	Bebida láctea
		Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Lentilha	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Lentilha	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
	ALMOÇO	Guisado / Frango grelhado	Estrogonofe de frango/ Bifinhos de carne	Iscas de carne ao molho e Frango grelhado	Frango assado e Bife ao molho	Escalopes de pernil suino ao molho e Isca de frango acebolada	Frango ao molho e Bife grelhado	Carne de panela desfiada e Peixe grelhado	Fricassé de frango e Bife ao molho	Guisado e Frango assado	Bife ao molho de queijo e Coxinha da asa	Ragú de carne e Frango grelhado	Frango ao molho e Bife acebolado
		Massa ao alho Cenoura com abobrinha refogadas	Batata palha e Brócolis refogado	Polenta com temperos e Chuchu refogado	Massa e Jardineira de legumes	Purê de batata e Espinhafre refogado	Massa e Cenoura cozida com tempero verde	Batata rústica e Legumes a soutté	Macarrão e Jardineira de Iegumes	Batata doce assada ao forno e Abobrinha refogada	Massa ao alho e óleo e Brócolis no vapor	Polenta e Espinafre refogada	Massa e Repolho refogado
		Salada/Fruta Suco	Salada/Fruta Suco	Salada/Fruta Suco	Salada/Fruta Suco	Salada/Fruta Suco	Salada/Fruta Suco	Salada/Fruta Suco	Salada/Fruta Suco	Salada/Fruta Suco	Salada/Fruta Suco	Salada/Fruta Suco	Salada/Fruta Suco
	LANCHE	Pão de Queijo	Biscolto caseiro de polvilho azedo salgado	Pastel assado	Muffin de maçã	Sanduiche de queijo	Bolo de laranja	Pizza caseira de queijo e tomate	Biscoito caseiro	Bolo de cenoura com cobertura	Mousse de fruta	Salgado asssado	Pão francês com geléia de frutas caseira e queijo
		Fruta/Suco de fruta	Fruta/Leite com Chocolate 50%	Fruta/Suco de fruta	Fruta/bebida Láctea	Fruta/Leite com Chocolate 50%	Fruta/Suco de fruta	Fruta/Leite com Chocolate 50%	Fruta/Leite com Chocolate 50%	Fruta/Suco de fruta	Fruta/Leite com Chocolate 50%	Fruta/Suco Integral	Fruta/Bebida Láctea
	PRÉ JANTA	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Lentilha	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
		Guisado / Frango grelhado	Estrogonofe de frango/ Bifinhos de carne	Iscas de carne ao molho e Frango grelhado	Frango assado e Bife ao molho	Escalopes de pernil suino ao molho e Isca de frango acebolada	Frango ao molho e Bife grelhado	Carne de panela desfiada e Peixe grelhado	Fricassé de frango e Bife ao molho	Guisado e Frango assado	Bife ao molho de queijo e Coxinha da asa	Ragú de carne e Frango grelhado	Frango ao molho e Bife acebolado
						accociaca							
		Salada	Salada	Salada	Salada	Salada	Salad a	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada	Salada
D	A/REFEICÃO	Salada 19/ dez	Salada 20/dez	Salada 21/dez	Salada 22/dez		Salada 26/dez	Salada 27/dez	Salada 28/dez	Salada 29/dez	Salada 30/dez	Salada	Salada
D	A/REFEIÇÃO					Salada				29/dez Fruta		Salada	Salada
D	A/REFEIÇÃO LANCHE	19/dez	20/dez	21/dez	22/dez	Salada 23/dez	26/dez	27/dez	28/dez	29/dez	30/dez	Salada	Salada
D		19/dez Fruta	20/dez Fruta	21/dez Fruta Sanduiche de pasta de cenoura com	22/dez Fruta Bolo de maçã com	Salada 23/dez Fruta	26/dez Fruta	27/dez Fruta	28/dez Fruta Sainduiche de	29/dez Fruta Muffim de banana com maçã e	30/dez Fruta	Salada	Salada
D		19/dez Fruta Pão de queijo	20/dez Fruta Bolo de banana Leite com	Fruta Sanduiche de pasta de cenoura com queijo	22/dez Fruta Bolo de maçã com canela Leite com Chocolate	Salada 23/dez Fruta Salgado assado	26/dez Fruta Pão de queijo Leite com	27/dez Fruta Bolo de cacau	28/dez Fruta Sainduiche de queijo Leite com	29/dez Fruta Muffim de banana com maçã e canela	30/dez Fruta Salgado assado	Salada	Salada
D		19/dez Fruta Pão de queijo Suco de fruta	Fruta Bolo de banana Leite com Chocolate 50%	Fruta Sanduiche de pasta de cenoura com queijo Suco de fruta	Fruta Bolo de maçã com canela Leite com Chocolate 50%	Salada 23/dez Fruta Salgado assado Bebida Láctea	Pão de queijo Leite com Chocolate 50%	27/dez Fruta Bolo de cacau Suco de Fruta Arroz/Feijão	Fruta Sainduiche de queijo Leite com Chocolate 50%	29/dez Fruta Muffim de banana com maçã e canela Suco de Fruta	30/dez Fruta Salgado assado Bebida Láctea	Salada	Salada
D	LANCHE	19/dez Fruta Pão de queijo Suco de fruta Arroz/Feijão Guisado com ovo picado e Frango	20/dez Fruta Bolo de banana Leite com Ch∞date 50% Arroz/ Feijão Isca de frango ao molho Branco e	Fruta Sanduiche de pasta de cenoura com queiio Suco de fruta Arroz/Lentliha Pernil ao forno com Legumes e Frango ao	Pruta Bolo de maçă com canela Leite com Chocolate 50% Arroz/Feijão Isca de carne com legumes a juliana e	Salada 23/dez Fruta Salgado assado Bebida Láctea Arroz/Feijão Carne assada ao molho ferrugem e	Pão de queijo Leite com Chocdate 50% Arroz/Feijão Frango ao molho E	27/dez Fruta Bolo de cacau Suco de Fruta Arroz/Feijão Guisado e Frango	28/dez Fruta Sainduiche de queijo Leite com Chocolate 50% Arroz/Lentilha Escalope de pernil ao molho e Bile	29/dez Fruta Muffim de banana com maçã e canela Suco de Fruta Arroz/Feijão Estrogonofe de frango e Isca de	30/dez Fruta Salgado assado Bebida Láctea Arroz/Feijão Frango assado e	Salada	Salada
D	LANCHE	19/dez Fruta Pão de queijo Suco de fruta Arroz/Feijão Guisado com ovo picado e Frango grelhado Massa e Abotrinha refogada	Polenta mole e	Fruta Sanduiche de pasta de cenoura com queijo Suco de fruta Arroz/Lentliha Pernil ao forno com Legumes e Frango ao molho Massa e Couve	Puré de batata e	Salada 23/dez Fruta Salgado assado Bebida Láctea Arroz/Feijão Carne assada ao nolho ferrugem e frango greihado Farofinha de ovos e	26/dez Fruta Pão de queijo Late com Chocdate 50% Arroz/Feijão Frango ao molho E Bife grellhado Potenta mole e Moranga refogada	27/dez Fruta Bolo de cacau Suco de Fruta Arroz/Feijão Guisado e Frango Assado Massa ao molho branco e Couve refogada	Fruta Sainduiche de queijo Leite com Chocolate 50% Arroz/Lentilha Escalope de pernil ao molho e Bife grelhado Purê de batata e	29/dez Fruta Muffim de banana com maçã e canela Suco de Fruta Arroz/Feijão Estrogonofe de frango e lisca de carne acebolada Batata Palha e Legumes refogados	30/dez Fruta Salgado assado Bebida Láctea Arroz/Feijão Frango assado e Guisado	Salada	Salada
D	LANCHE ALMOÇO	19/dez Fruta Pão de queijo Suco de fruta Arroz/Feijão Guisado com ovo picado e Frango grelhado Massa e Abotrinha refogada	20/dez Fruta Bolo de banana Lete com Chocodate 50% Arroz/ Feijāo Isca de frango ao molho Branco e Bife greihad o Polenta mole e Brócolis ao vapor	Fruta Sanduiche de pasta de cenoura com queijo Suco de fruta Arroz/Lentilha Pernil ao forno com Legumes e Frango ao molho Massa e Couve refogada	Puré de batata e legumes refogados	Salada 23/dez Fruta Salgado assado Bebida Láctea Arroz/Feljão Carne assada ao molho ferrugem e frango grelhado Farofinha de ovos e Espinafre refogado	26/dez Fruta Pão de queijo Late com Chocdate 50% Arroz/Feijão Frango ao molho E Bife grellhado Potenta mole e Moranga refogada	27/dez Fruta Bolo de cacau Suco de Fruta Arroz/Feijão Guisado e Frango Assado Massa ao molho branco e Couve refogada	28/dez Fruta Sainduiche de queijo Leite com Chocolate 50% Arroz/Lentilha Escalope de pernil ao molho e Bife grelhado Puré de batala e repolho refogado	29/dez Fruta Muffim de banana com maçã e canela Suco de Fruta Arroz/Feijão Estrogonofe de frango e lisca de carne acebolada Batata Palha e Legumes refogados	30/dez Fruta Salgado assado Bebida Láctea Arroz/Feijão Frango assado e Guisado	Salada	Salada
	LANCHE	Fruta Pão de queijo Suco de fruta Arroz/Feijão Guisado com ovo picado e Frango grelhado Massa e Abotrinha refogada Salada/Fruta Suco Pão de Queijo Fruta/Leite com Chocolate 50%	20/dez Fruta Bolo de banana Leite com Chocolate 50% Arroz/ Feljáo Isca de frango ao molho Branco e Bife grelhado Polenta mole e Polocata mole Fotodis ao vapor Salada/Fruta Suco Tortinha de batata com ovo	Fruta Sanduiche de pasta de cenoura com queijo Suco de fruta Arroz /Lentiliha Pernil ao forno com Legumes e Frango ao molho Massa e Couve refogada Salada/Fruta Suco Botacha Polvilho caseira Fruta/Leite com Chocolde 50%	Puré de bala per legumes refogados Salada/Fruta/Suco de fruta/Suco de fruta/Suco de fruta Fruta/Suco de fruta Fruta/Suco de fruta	Salada 23/dez Fruta Salgado assado Bebida Láctea Arroz/Feijão Carne assada ao molho ferrugem e frango grelhado Farofinha de ovos e Espinafre refogado Salada/Fruta Suco Pastel assado	26/dez Fruta Pão de queijo Leite com Chocolate 50% Arroz/Feijão Frango ao molho E Bife grelihado Pdenta melo e Moranga refogada Salada/Fruta/Suco de Fruta/Suco de Fruta/Suco de	27/dez Fruta Bolo de cacau Suco de Fruta Arroz/Feijão Guisado e Frango Assado o Brango Assado e Couve refogada Salada/Fruta Suco Sagado Assado Fruta/Leite com Chocolate 50%	28/dez Fruta Sainduiche de queijo Leile com Chocolate 50% Arroz/Lentilha Escalope de permia o molho e Bife greihado Puré de batala e repolho refogado Salada/Fruta Suco Bolo simples Fruta/Suco de Fruta	29/dez Fruta Muffim de banana com maçã e canela Suco de Fruta Arroz/Feijão Estrogonde e lisca de came acebolada Batala Palha e Legumes refogados Salada/FrutaSuco Mousse de Fruta Fruta/Leite com Chocolate 50%	30/dez Fruta Salgado assado Bebida Láctea Arroz/Feijão Frango assado e Guisado Massa ao sugo e Salada/Fruta Suco Bolo de cenoura Fruta/Suco de Fruta	Salada	Salada
D	LANCHE ALMOÇO	Fruta Pão de queijo Suco de fruta Arroz/Feijão Guisado com ovo picado e Frango grelhado Massa e Abotrinha refogada Salada/Fruta Suco Pão de Queijo Fruta/Leite com	20/dez Fruta Bolo de banana Leite com Ch occlate 50% Arroz/ Fejjão Isca de franco e Bife grelhado Polenta mole es Focolis ano es Salada/Fruta Suco Tortinha de batata com ovo	Fruta Sanduiche de pasta de cenoura com queijo Suco de fruta Arroz /L entiliha Pernil ao forno com Legumes e Frango ao molho Massa e Couve refogada Salada/Fruta Suco Bdacha Polvilho caseira Fruta/Leite com	Purta Bolo de maçã com canela Leite com Chocolate 50%. Arroz/Fejião lisca de carne com legumes a juliana e Frango assado Purê de batata e legumes réfoados Salada/Fruta Suco Bolo de Laranja	Salada 23/dez Fruta Salgado assado Bebida Láctea Arroz/Feijão Carne assada ao molho ferrugem e frango grelhado Farofinha de ovos e Espinafre refogado Salada/Fruta Suco Pastel assado	26/dez Fruta Pão de queijo Lete com Chocodale 50% Arroz/Feijão Frango ao molho E Bife grellhado Pedenta mole e Moranga refogada Salada/Fruta/Suco de	27/dez Fruta Bolo de cacau Suco de Fruta Arroz/Fejjão Guisado e Frango Assado Massa ao molho branco e Couve refogada Salada/Fruta Suco Sægado Assado Fruta/Leite com	28/dez Fruta Saindurche de queijo Leite com Chocolate 50% Arroz/Lentliha so molho e Bife greihado Purê de batata e repolho refogado Salada/Fruta Suco Bolo simples Fruta/Suco de	29/dez Fruta Muffim de banana com maçã e caneta Suco de Fruta Arroz/Feijão Estrogonofe de frango e Isca de came acebolada Batal a Palha e Legumes refogados Salada/FrutaSuco Mousse de Fruta Fruta/Leite com	30/dez Fruta Salgado assado Bebida Láctea Arroz/Feijão Frango assado e Guisado Massa ao sugo e Salada/Fruta Suco Bolo de cenoura Fruta/Suco de	Salada	Salada
	LANCHE ALMOÇO	Fruta Pão de queijo Suco de fruta Arroz/Feijão Guisado com ovo picado e Frango grelhado Massa e Abotrinha refogada Salada/Fruta Suco Pão de Queijo Fruta/Leite com Chocolate 50%	20/dez Fruta Bolo de banana Leite com Chocolate 50% Arroz/ Feljáo Isca de frango ao molho Branco e Bife grelhado Polenta mole e Polocata mole Fotodis ao vapor Salada/Fruta Suco Tortinha de batata com ovo	Fruta Sanduiche de pasta de cenoura com queijo Suco de fruta Arroz /Lentiliha Pernil ao forno com Legumes e Frango ao molho Massa e Couve refogada Salada/Fruta Suco Botacha Polvilho caseira Fruta/Leite com Chocolde 50%	Puré de bala per legumes refogados Salada/Fruta/Suco de fruta/Suco de fruta/Suco de fruta Fruta/Suco de fruta Fruta/Suco de fruta	Salada 23/dez Fruta Salgado assado Bebida Láctea Arroz/Feijão Carne assada ao molho ferrugem e frango grelhado Farofinha de ovos e Espinafre refogado Salada/Fruta Suco Pastel assado	26/dez Fruta Pão de queijo Leite com Chocolate 50% Arroz/Feijão Frango ao molho E Bife grelihado Pdenta melo e Moranga refogada Salada/Fruta/Suco de Fruta/Suco de Fruta/Suco de	27/dez Fruta Bolo de cacau Suco de Fruta Arroz/Fejião Guisado e Frango Assado Massa ao molho branco e Couve refogada Salada/Fruta Suco Sagado Assado Fruta/Leite com Chocolate 50% Arroz/Fejião	28/dez Fruta Sainduiche de queijo Leile com Chocolate 50% Arroz/Lentilha Escalope de permia o molho e Bife greihado Puré de batala e repolho refogado Salada/Fruta Suco Bolo simples Fruta/Suco de Fruta	29/dez Fruta Muffim de banana com maçã e canela Suco de Fruta Arroz/Feijão Estrogonde e lisca de came acebolada Batala Palha e Legumes refogados Salada/FrutaSuco Mousse de Fruta Fruta/Leite com Chocolate 50%	30/dez Fruta Salgado assado Bebida Láctea Arroz/Feijão Frango assado e Guisado Massa ao sugo e Salada/Fruta Suco Bolo de cenoura Fruta/Suco de Fruta	Salada	Salada

Responsá vel técnica: Lucian a R. Malinsky – CRN1029

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES CONFORME DISPONIBILIDADE DE MERCADO

A composição do cardá pio segue as recomendações do Ministério da Saúde, com a promoção de redução de alimentos ultraprocessados e processados estimulando hábitos alimentares saudáveis ofertados escola.

Crianças com dietas especiais, alergias/intolerâncias receberão alimentação individu alizada, conforme ajustes com familia/ r ecomendação médi

