

# Cardápio Maio 2022 – Turno Complementar – Maiores de 2 anos

| DIA                    | 02/05   | 03/05  | 04/05  | 05/05   | 06/05   | 09/05  | 10/05   | 11/05   | 12/05  | 13/05  |
|------------------------|---|--|--|---|---|--|---|---|--|--|
| REFEIÇÃO               | Segunda-feira   | Terça-feira  | Quarta-feira   | Quinta-feira  | Sexta-feira   | Segunda-feira  | Terça-feira   | Quarta-feira  | Quinta-feira   | Sexta-feira  |
| <b>LANCHE DA MANHÃ</b> | - Fruta<br>- Mini pão Hb com queijo e peito de frango fatiado<br>- Leite com Nescau   | - Fruta<br>- Pão de queijo<br>- Cereal de milho logurte  | - Fruta<br>- Pão massinha com requeijão e queijo<br>- Capuccino  | - Fruta<br>- Mini croissant de Frango<br>- Suco Integral  | - Fruta<br>- Pão mini Hb com creme de avelã<br>- Cream cracker<br>- Suco integral   | - Fruta<br>- Pão massinha com queijo e peito de frango fatiado<br>- Capuccino  | - Fruta<br>- Pão de queijo<br>- Cookies integrais<br>- logurte  | - Fruta<br>- Pão Francês com queijo e requeijão<br>- Leite com Nescau   | - Fruta<br>- Pizza Marguerita<br>- Suco Integral   | - Fruta<br>- Mini pão Hb com queijo e presunto<br>- logurte  |
| <b>ALMOÇO</b>          | - Arroz branco<br>- Feijão preto<br>- Frango grelhado<br>- Guisadinho ao sugo<br>- Massa parafuso colorida<br>- Queijo ralado<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão preto<br>- Bife acebolado<br>- Ovo cozido<br>- Batata rústica<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão Preto<br>- Carne de panela<br>- Frango grelhado<br>- Purê de batata<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão preto<br>- Frango assado<br>- Molho sugo<br>- Espaguete<br>- Queijo ralado<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão Preto<br>- Cubos de carne grelhados<br>- Bife de peito de frango empanado assado<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão preto<br>- Frango grelhado<br>- Panqueca de carne<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão Preto/ Lentilha<br>- Bife grelhado<br>- Molho de queijo<br>- Macarrão<br>- Queijo ralado<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão preto<br>- Iscas de carne grelhadas<br>- Lasanha de frango<br>- Batata palha<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão Preto<br>- Peixe à dorê<br>- Guisadinho ao sugo<br>- Purê de batata<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão preto<br>- Frango assado<br>- Bife acebolado<br>- Farofa colorida<br>- Salada de batata<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral |
| <b>LANCHE DA TARDE</b> | - Fruta<br>- Pizza de frango<br>- Suco Integral   | - Fruta<br>- Bolo de laranja<br>- Cream cracker<br>- Suco integral   | - Fruta<br>- Panquequinha de chocolate com morango<br>- Suco Integral  | - Fruta<br>- Mini croissant de com queijo e presunto<br>- Leite com Nescau  | - Fruta<br>- Pão de queijo<br>- Chocolate quente  | - Fruta<br>- Mini croissant de frango<br>- Suco Integral   | - Fruta<br>- Bolo de chocolate<br>- Cream cracker<br>- Suco integral  | - Fruta<br>- Pastel assado de frango<br>- Suco integral   | - Fruta<br>- Pão de queijo<br>- Cereal de milho logurte  | - Fruta<br>- Cuca caseira de creme de avelã<br>- Cream cracker<br>- Suco Integral  |
| <b>PRÉ JANTA</b>       | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Guisadinho<br>- Salada   | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Bife grelhado<br>- Salada   | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Cubos de carne<br>- Salada  | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Frango assado<br>- Salada  | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Carne grelhada<br>- Salada   | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Guisadinho<br>- Salada  | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Bife grelhado<br>- Salada  | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Iscas de carne grelhadas<br>- Salada   | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Guisadinho<br>- Salada  | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Frango assado<br>- Salada   |

| DIA                    | 16/05   | 17/05  | 18/05   | 19/05   | 20/05   | 23/05   | 24/05   | 25/05   | 26/05   | 27/05   | 30/05  | 31/05   |
|------------------------|---|--|---|---|---|---|---|---|---|---|--|---|
| REFEIÇÃO               | Segunda-feira   | Terça-feira  | Quarta-feira  | Quinta-feira  | Sexta-feira   | Segunda-feira   | Terça-feira   | Quarta-feira  | Quinta-feira  | Sexta-feira   | Segunda-feira  | Terça-feira   |
| <b>LANCHE DA MANHÃ</b> | - Fruta<br>- Pão Francês com queijo e requeijão<br>- Leite com Nescau   | - Fruta<br>- Pão de queijo<br>- Cereal de milho logurte  | - Fruta<br>- Mini pão Hb com queijo e presunto<br>- Capuccino   | - Fruta<br>- Pizza de queijo com milho<br>- Suco integral   | - Fruta<br>- Pão massinha com creme de avelã<br>- Cream cracker<br>- logurte  | - Fruta<br>- Mini pão Hb com queijo e peito de frango fatiado<br>- Leite com Nescau   | - Fruta<br>- Pão de queijo<br>- Cereal de milho logurte   | - Fruta<br>- Pão massinha com requeijão e queijo<br>- Capuccino   | - Fruta<br>- Mini croissant de Frango<br>- Suco Integral  | - Fruta<br>- Pão mini Hb com creme de avelã<br>- Cream cracker<br>- Suco integral   | - Fruta<br>- Pão massinha com queijo e peito de frango fatiado<br>- Capuccino  | - Fruta<br>- Pão de queijo<br>- Cookies integrais<br>- logurte  |
| <b>ALMOÇO</b>          | - Arroz branco<br>- Feijão preto<br>- Bife grelhado<br>- Ovo cozido<br>- Batata palito assada<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão preto<br>- Frango grelhado<br>- Guisadinho ao sugo<br>- Macarrão parafuso colorido<br>- Queijo ralado<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão Preto<br>- Carne assada<br>- Frango desfiado ao sugo<br>- Polenta mole<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão Preto<br>- Frango grelhado<br>- Purê de batata<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão Preto<br>- Estrogonofe de carne<br>- Frango grelhado<br>- Batata palha<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão Preto<br>- Frango grelhado<br>- Guisadinho ao sugo<br>- Massa parafuso colorida<br>- Queijo ralado<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão preto<br>- Frango grelhado<br>- Ovo cozido<br>- Batata rústica<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão Preto<br>- Bife acebolado<br>- Frango grelhado<br>- Purê de batata<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão preto<br>- Frango grelhado<br>- assado<br>- Molho sugo<br>- Espaguete<br>- Queijo ralado<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão Preto<br>- Cubos de carne grelhados<br>- Bife de peito de frango empanado assado<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão preto<br>- Frango grelhado<br>- Panqueca de carne<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral | - Arroz branco<br>- Feijão Preto/ Lentilha<br>- Bife grelhado<br>- Molho de queijo<br>- Macarrão<br>- Queijo ralado<br>- Saladas/ Frutas<br>- Suco Integral |
| <b>LANCHE DA TARDE</b> | - Fruta<br>- Pizza Marguerita<br>- Suco Integral  | - Fruta<br>- Bolo Mesclado<br>- Biscoito Cream cracker<br>- Suco Integral  | - Fruta<br>- Mini croissant de frango<br>- Suco Integral  | - Fruta<br>- Pão de queijo<br>- Chocolate quente  | - Fruta<br>- Pão Francês com queijo e peito de frango fatiado<br>- Suco Integral  | - Fruta<br>- Pizza de frango<br>- Suco Integral   | - Fruta<br>- Bolo de chocolate<br>- Cream cracker<br>- Suco integral  | - Fruta<br>- Panquequinha de chocolate com morango<br>- Suco Integral   | - Fruta<br>- Pão Francês com queijo e presunto<br>- Leite com Nescau  | - Fruta<br>- Pão de queijo<br>- Chocolate quente  | - Fruta<br>- Mini croissant de frango<br>- Suco Integral   | - Fruta<br>- Bolo de coco<br>- Cream cracker<br>- Suco integral   |
| <b>PRÉ JANTA</b>       | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Bife grelhado<br>- Salada  | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Guisadinho<br>- Salada  | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Frango desfiado ao sugo<br>- Salada  | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Guisadinho ao sugo<br>- Salada   | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Carne grelhada<br>- Salada   | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Guisadinho<br>- Salada   | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Bife grelhado<br>- Salada  | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Cubos de carne<br>- Salada   | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Frango assado<br>- Salada  | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Carne grelhada<br>- Salada   | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Guisadinho<br>- Salada  | - Feijão preto<br>- Arroz<br>- Bife grelhado<br>- Salada  |

Responsável técnica: **Samantha Mallmann Lessa**  
Nutricionista Materno Infantil e Pediátrica CRN<sup>2</sup>7354D

## CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES CONFORME DISPONIBILIDADE DE MERCADO

Crianças com dietas especiais, alergias/ intolerâncias receberão alimentação individualizada, conforme ajustes com família/ pediatra/ gastroenterologista/ alergista;

\* Sucos integrais, sem adição de açúcar, corantes ou estabilizantes. Polpa de fruta adicionada somente de água;

