




ESCOLA DE EDUCAÇÃO INFANTIL CANTINHO DO SABER

CARDÁPIO GRUPO 3 E JARDIM – DEZEMBRO 2020




30 a 04/12	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche Manhã	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Almoço e Janta	Arroz e Lentilha Frango a Xadrez Salada de Alface	Arroz e Feijão Estrogonofe Salada de cenoura cozida	Feijão Massa Parafuso c/ molho de frango Salada de chuchu	Arroz e Feijão Bifinhos Purê de Batatas Salada de beterraba cozida	Arroz e Feijão Frango Crocante Salada Mista
Lanche Tarde	Biscoitos Suco Natural	DIA DA FRUTA 	Pão Caseiro c/ manteiga Suco Natural	Bolo + Chá	Torrinhas c/ queijo Suco natural
07 a 11/12	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche Manhã	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Almoço e Janta	Arroz e Feijão Guisadinho c/ batata Salada de Cenoura	Feijão Galinhada Colorida (milho, ervilha, ovo) Salada de beterraba cozida	Feijão Carreteiro Salada de Alface e tomate	Arroz e feijão Isclas de Frango grelhadas c/ Salada folhas verdes	Arroz e feijão Carne de Panela Salada Mista
Lanche Tarde	Pão de queijo Suco natural	DIA DA FRUTA 	Biscoitos Suco Natural	Pão Caseiro c/ requeijão Suco Natural	Bolo + Chá
14 a 18/12	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche Manhã	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Almoço e Janta	Arroz e feijão Frango dourado na panela Salada de beterraba	Arroz e lentilha Guisadinho à Jardineira Salada de repolho refogado	Feijão/ Massa Penne Frango com molho Salada de Tomate	Arroz e feijão Picadinho de gado Salada de beterraba	Feijão Risoto de Frango Salada Mista
Lanche Tarde	Biscoitos Suco Natural	DIA DA FRUTA 	Sanduichinho Suco Natural	Bolo + Chá da horta	Pão integral c/ geléia/ Suco natural
21 a 25/12	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche Manhã	Frutas	Frutas	Frutas	RECESSO DE NATAL	
Almoço e Janta	Feijão/ Massa Parafuso à Bolonhesa Salada de Cenoura	Arroz e lentilha Fricassé de Frango Salada de Beterraba	Arroz e feijão Filezinho de Porco Salada de Repolho refogado		
Lanche Tarde	Biscoitos Suco Natural	DIA DA FRUTA 	Bolo + Água Saborizada		


*Cardápio sujeito à alterações.



ESCOLA DE EDUCAÇÃO INFANTIL CANTINHO DO SABER CARDÁPIO GRUPO 1 e 2 – DEZEMBRO 2020

*OBS: Nos Lanches o Grupo 1 só receberá frutas. No grupo 2 receberá fruta + complemento nas terças e quintas.

30 a 04/12	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche Manhã	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Almoço e Janta	Arroz e Lentilha Frango a Xadrez Salada de Alface	Arroz e Feijão Estrogonofe Salada de cenoura cozida	Feijão Massa Parafuso c/ molho de frango Salada de chuchu	Arroz e Feijão Bifinhos Purê de Batatas Salada de beterraba cozida	Arroz e Feijão Frango Desfiado Salada Mista
Lanche 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche 2	Frutas	DIA DA FRUTA 	Frutas + Pão	Frutas + Bolo	Frutas
07 a 11/12	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche Manhã	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Almoço e Janta	Arroz e Feijão Guisadinho c/ batata Salada de Cenoura	Feijão Galinhada Colorida (milho, ervilha, ovo) Salada de beterraba cozida	Feijão Carreteiro Salada de Alface e tomate	Arroz e feijão Isclas de Frango grelhadas c/ Salada folhas verdes	Arroz e feijão Carne de Panela Salada Mista
Lanche 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche 2	Frutas	DIA DA FRUTA 	Frutas + Biscoito	Frutas + Pão	Frutas
14 a 18/12	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche Manhã	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Almoço e Janta	Arroz e feijão Frango dourado na panela Salada de beterraba	Arroz e lentilha Guisadinho à Jardineira Salada de repolho refogado	Feijão/ Massa Penne Frango com molho Salada de Tomate	Arroz e feijão Picadinho de gado Salada de beterraba	Feijão Risoto de Frango Salada Mista
Lanche 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche 2	Frutas	DIA DA FRUTA 	Frutas + Pão	Frutas + Bolo	Frutas
21 a 25/12	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche Manhã	Frutas	Frutas	Frutas	RECESSO DE NATAL	
Almoço e Janta	Feijão/ Massa	Arroz e lentilha	Arroz e feijão		

	Parafuso à Bolonhesa Salada de Cenoura	Fricassé de Frango Salada de Beterraba	Filezinho de Porco Salada de Repolho refogado	
Lanche 1	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	
Lanche 2	Frutas	DIA DA FRUTA 	Frutas + Bolo	

*Cardápio sujeito à alterações.

Nutricionista: Kamila Boff CRN2 9520