

	<b>CARDÁPIO I – COMUNITÁRIO PARA OS PAIS</b>	<b>SUCO</b>	<b>SOBREMESA</b>	<b>PARA PRÉ: 1 porção a mais de lanche</b>
	<b>PRIMEIRA SEMANA</b>			
SEG	Pão de queijo (3 unidades por criança)	Suco de laranja com acerola	Banana (1 unidade por criança)	
TER	Esfirra de frango com cenoura ralada (2 unid criança)	Suco de morango	Melancia (1 ped por criança)	
QUA	Pastel assado com recheio de carne (3 unidades por criança)	Suco de maracujá	Maçã (½ unidade por criança)	
QUI	Bolo de laranja com aveia (2 ped por criança) (NOVO)	Suco de uva	Mamão (1 ped por criança)	Com pouca cobertura
SEX	Mini pizza com massa integral , recheio de frango (2 unidades por criança)	Suco de abacaxi	Melão (1 ped por criança)	Recheio de presunto e queijo
	<b>SEGUNDA SEMANA</b>			
SEG	Pão de abóbora (acrescenta no preparo 1 xícara de abóbora cozida), acompanha 1 pote de manteiga (1 fatia por criança)	Suco de morango	Manga (1 ped por criança)	Acompanha 1 pote de doce de leite
TER	Pão de batata com recheio de frango (2 unidades por criança)	Suco de maracujá	Morangos (4 unidades por criança)	
QUA	Pastel assado de carne (2 unid peq por criança)	Suco de uva	Melão (1 fatia por criança)	Iogurte (1 potinho por criança)
QUI	Bolo de fubá (2 pedaços por criança)	Suco de abacaxi	Laranja (½ unidade por criança)	Com pouca cobertura
SEX	Bolacha caseira (3 unidades por criança)	Suco de laranja	Banana (1 unidade por criança)	
	<b>TERCEIRA SEMANA</b>			
SEG	Pão de cenoura acompanha c/ 1 pote de manteiga e 1 pote de geléia de frutas sem açúcar (1 fatia por criança)	Suco de acerola	Maçã (½ unidade por criança)	Acompanha 1 pote de doce de leite
TER	Pão de queijo (3 unidades por criança)	Suco de maracujá	Salada de frutas (1 potinho por criança)	
QUA	Pastel assado com recheio de frango (3 unidades por criança)	Suco de abacaxi	Mamão (1 ped por criança)	
QUI	Bolo de cenoura (2 ped por criança)	Suco de uva	Melão (1 ped por criança)	Com pouca cobertura
SEX	Esfirra assada de carne (3 unidades por criança)	Suco de morango	Laranja (½ unidade por criança)	
	<b>QUARTA SEMANA</b>			
SEG	Pão integral com linhaça, acompanha 1 pote de manteiga (1 fatia por criança)	Suco de maracujá com maçã (acrescenta ½ unid) (NOVO)	Pêra (½ unidade por criança)	Acompanha 1 pote de doce de leite
TER	Pastel assado de frango (1 unid peq por criança)	Suco de abacaxi	Banana (1 unidade por criança)	Bauru assado (1 unid por criança)
QUA	Pão de batata com carne moída e brócolos moído (2 unidades por criança)	Suco de uva	Abacate (1 ped por criança)	
QUI	Mini cupcake de cenoura sem leite (2 unidades por criança)	Suco de abacaxi	Maçã (½ unidade por criança)	Com pouca cobertura
SEX	Esfirra assada de carne (2 unid criança)	Suco de morango	Salada de frutas (1 potinho por criança)	

**NUTRICIONISTA: MICHELLE CARPINÉ OST CRN 8-4128    OBS: se necessário retornar para início se o mês tiver continuidade, as frutas variam conforme estação.**

	<b>CARDÁPIO II – COMUNITÁRIO PARA OS PAIS</b>	<b>SUCO</b>	<b>SOBREMESA</b>	<b>PARA PRÉ: 1 porção a mais de lanche</b>
	<b>PRIMEIRA SEMANA</b>			
SEG	Pão caseiro de milho acompanha um pote de manteiga (1 fatia por criança)	Suco de morango	Melão (1 fatia por criança)	
TER	Mini cupcake de cenoura sem leite (2 unidades por criança) (NOVO) SEM COBERTURA	Suco de maracujá	Mamão (1 ped por criança)	
QUA	Pão de queijo (3 unidades por criança)	Suco de uva	Salada de frutas (1 potinho por criança)	
QUI	Pão caseiro com 1 pote de requeijão + 1 pote manteiga (1 fatia por criança)	Suco de abacaxi	Banana (1 unid por criança)	Bauru (1 unidade por criança)
SEX	Mini pizza integral de carne moída (2 unidades por criança)	Suco de morango	Melão (1 ped por criança)	
	<b>SEGUNDA SEMANA</b>			
SEG	Pão de cenoura acompanha c/ 1 pote de manteiga e 1 pote de geleia de frutas (1 fatia por criança)	Suco de uva	Pera (½ unidade por criança)	Acompanha pote de doce de leite
TER	Bolo de laranja (2 ped por criança) SEM COBERTURA	Suco de frutas vermelhas	Maçã (½ unidade por criança)	Com pouca cobertura
QUA	Baguete de carne moída (3 unid por criança)	Suco de maracujá	Laranja (1/2 unidade por criança)	Recheio de presunto e queijo
QUI	Pão caseiro com 1 pote de requeijão + 1 pote manteiga (1 fatia por criança)	Suco de laranja com acerola	Banana (1 unidade por criança)	Acompanha 1 pote de doce de leite
SEX	Pão de queijo (3 unid por criança)	Suco de abacaxi	Mamão (1 ped por criança) + Batata doce (1 rodela por criança)	
	<b>TERCEIRA SEMANA</b>			
SEG	Pão de abóbora acompanha c/ 1 pote de manteiga (1 fatia por criança)	Suco de maracujá	Uva Niágara ( 10 unidades por criança)	Acompanha 1 pote de doce de leite
TER	Bolo de cenoura (2 unidades por criança) SEM COBERTURA	Suco de morango	Banana (1 unidade por criança)	Com pouca cobertura
QUA	Esfirra assada de carne com brócolis (3 unidades por criança)	Suco de abacaxi	Maçã (½ unidade por criança)	
QUI	Pão caseiro com 1 pote de requeijão + 1 pote manteiga (1 fatia por criança)	Suco de laranja	Mamão (1 ped por criança)	Bauru 1 unidade por criança
SEX	Croquete assado de carne com batata ( 2 unidades por criança) (NOVO)	Suco de uva	Abacate (1 ped por criança)	Caqui (1/2 unidade por criança)
	<b>QUARTA SEMANA</b>			
SEG	Pão de abóbora (acrescenta no preparo 1 xícara de abóbora cozida), acompanha 1 pote de manteiga (1 fatia por criança)	Suco de morango	Laranja (1/2 unidade por criança)	Acompanha 1 pote de doce de leite
TER	Bolacha caseira (3 unid por criança)	Suco de maracujá	Banana (1 unidade por criança)	
QUA	Pão de queijo (3 unidades por criança)	Suco de uva	Dia do tomate (meio por criança) mandar inteiro	
QUI	Pão caseiro com 1 pote de requeijão e 1 pote manteiga (1 fatia por criança)	Suco de abacaxi	Salada de frutas (1 potinho por criança)	Acompanha 1 pote de doce de leite
SEX	Mini pizza integral de frango (2 unidades por criança)	Suco de laranja	Maçã (½ unidade por criança)	Recheio de presunto e queijo

**NUTRICIONISTA: MICHELLE CARPINÉ OST CRN 8-4128    OBS: se necessário retornar para início se o mês tiver continuidade, as frutas variam conforme estação.**

	<b>CARDÁPIO III – COMUNITÁRIO PARA OS PAIS</b>	<b>SUCO</b>	<b>SOBREMESA</b>	<b>PARA PRÉ: 1 porção a mais de lanche</b>
	<b>PRIMEIRA SEMANA</b>			
SEG	Pão de cenoura acompanha c/ 1 pote de manteiga e 1 pote de geléia de frutas sem açúcar (1 fatia por criança)	Suco de maracujá com maçã (acrescenta ½ unid) <b>(NOVO)</b>	Melão (1 fatia por criança)	Acompanha 1 pote de doce de leite
TER	Pastel assado de carne (2 unidades por criança)	Suco de abacaxi	Melancia (1 ped por criança)	
QUA	Pão de queijo (2 unidades por criança)	Suco de uva	Banana (1 unidade por criança)	
QUI	Bolo de cenoura sem cobertura (2 ped por criança)	Suco de morango	Laranja (½ unid por criança)	Com cobertura
SEX	Mini pizza com massa integral , recheio de frango (2 unidades por criança)	Suco de acerola	Maçã (½ unidade por criança)	
	<b>SEGUNDA SEMANA</b>			
SEG	Mini pão francês com carne moída ( 1 unid criança)	Suco de uva	Morango (4 unidades por criança)	
TER	Esfirra de frango com cenoura ralada (2 unid criança)	Suco de maracujá com maçã (acrescenta ½ unid) <b>(NOVO)</b>	Batata doce assada em rodela (2 rodela por criança)	Batata doce em rodela
QUA	Pão de batata com carne moída e brócolis ralado (2 unid por criança)	Suco de acerola	Melão (1 fatia por criança)	Sagu (1 potinho por criança)
QUI	Bolo de milho (2 pedaço por criança)	Suco de laranja	Melancia (1 fatia por criança)	
SEX	Croquete de carne moída <b>(NOVO)</b> ( 3unidade por criança)	Suco de abacaxi	Banana (1 unidade por criança)	
	<b>TERCEIRA SEMANA</b>			
SEG	Pão integral com linhaça, acompanha 1 pote de manteiga (1 fatia por criança)	Suco de morango	Maçã (½ unidade por criança)	Acompanha 1 pote de doce de leite
TER	Mini pizza de frango (2 unidades por criança)	Suco de maracujá	Salada de frutas (1 potinho por criança)	
QUA	Crepe com pouco recheio de carne moída (2 unid por criança) ou baguete de frango (2 unidades)	Suco de uva	Manga (1 ped por criança)	Recheio de presunto e queijo
QUI	Bolacha caseira (2 unidades por criança)	Suco de abacaxi	Melancia (1 ped por criança)	
SEX	Pastel assado de frango com cenoura ralada (2 unidades por criança)	Suco de laranja	Maçã (½ unidade por criança)	Sagu (1 potinho por criança)
	<b>QUARTA SEMANA</b>			
SEG	Pão de abóbora (acrescenta no preparo 1 xícara de abóbora cozida), acompanha 1 pote de manteiga (1 fatia por criança)	Suco de uva	Mamão (1 ped por criança)	1 pote de doce de leite
TER	Esfirra assada de carne (2 unidades por criança)	Suco de morango	Banana (1 unid por criança)	
QUA	Pão de queijo (2 unidades por criança)	Suco de maracujá	Laranja (½ unidade por criança)	
QUI	Cuca com frutas ou de aveia com iogurte (1 fatia por criança)	Suco de laranja com acerola	Manga (1 ped por criança)	Cuca de doce de leite
SEX	Baguete de carne moída (2 unid por criança)	Suco de abacaxi	Maçã (½ unidade por criança)	

**NUTRICIONISTA: MICHELLE CARPINÉ OST CRN 8-4128    OBS: se necessário retornar para início se o mês tiver continuidade, as frutas variam conforme estação.**