**CARDÁPIO I – DE 04 A 06 DE SETEMBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIOS** | **SEGUNDA-FEIRA** | **TERÇA-FEIRA** | **QUARTA-FEIRA** | **QUINTA-FEIRA** | **SEXTA-FEIRA** |
| **Manhã**  **1º lanche**  **9h -** Frutas  **2º lanche**  **11h -** Complemento  **Tarde**  **1º lanche**  **14h30 -** Frutas  **2º lanche**  **16h30 -** Complemento | **GRUPO 1\***  Maçã e melão  Brócolis cozido  Purê de baroa  Ovo cozido | **GRUPO 1\***  Banana e Laranja  Macarrão parafuso  Carne moída  Molho de tomate caseiro  Beterraba em cubos cozida | **GRUPO 1\***  Maçã e tangerina  Arroz parboilizado  Feijão  Frango desfiado  Brócolis cozido | *- Independência do Brasil (sem atividade letiva)* | *(sem atividade letiva)* |
| **GRUPO 2 E 3\*\***  Maçã e melão  Cupcake de maçã e aveia  Suco de laranja | **GRUPO 2 E 3\*\***  Banana e Laranja  Macarrão parafuso  Ovo de codorna  Molho de tomate  Milho cozido  Beterraba em cubinhos coz. | **GRUPO 2 E 3\*\***  Maçã e tangerina  Arroz parboilizado  Feijão  Frango desfiado  Brócolis cozido |  |  |
| **Manhã - 09h30**  **Tarde - 15h30** | **GRUPO 4, 5 E 6**  Maçã e Melão  Bolo de maçã e aveia  Vitamina de leite, banana e cacau | **GRUPO 4, 5 E 6**  Banana  Macarrão parafuso  Ovo de codorna  Molho de tomate  Milho cozido  Beterraba em palito cozida | **GRUPO 4, 5 E 6**  Tangerina  Arroz parboilizado  Feijão  Frango desfiado  Brócolis cozido |  |  |

**CARDÁPIO II – de 11 A 15 DE SETEMBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIOS** | **SEGUNDA-FEIRA** | **TERÇA-FEIRA** | **QUARTA-FEIRA** | **QUINTA-FEIRA** | **SEXTA-FEIRA** |
| **Manhã**  **1º lanche**  **9h -** Frutas  **2º lanche**  **11h -** Complemento  **Tarde**  **1º lanche**  **14h30 -** Frutas  **2º lanche**  **16h30 -** Complemento | **GRUPO 1\***  Laranja, maçã, bolo  Sopa de legumes e frango | **GRUPO 1\***  Manga e banana  Macarrão integral  carne desfiada com molho  Batata doce coz. | **GRUPO 1\***  Banana e maçã  Arroz e feijão  Frango assado desfiado  Beterraba cozida | **GRUPO 1\***  Mamão e banana  Arroz e lentilha  Hambúrguer caseiro  Cenoura palito cozida | **GRUPO 1\***  Laranja e maçã  Frango refogado  Batata doce  Brócolis cozido |
| **GRUPO 2 E 3\*\***  Laranja e maçã  Bolo de laranja sem glúten  Leite com cacau | **GRUPO 2 E 3\*\***  Manga e banana  Macarrão integral parafuso  Carne em cubos com molho de tomate  Batata doce cozida | **GRUPO 2 E 3\*\***  Banana e maçã  Arroz parboilizado  Feijão  Frango assado desfiado  Beterraba cozida  Alface | **GRUPO 2 E 3\*\***  Mamão e banana  Arroz parboilizado  Lentilha  Hambúrguer caseiro  Cenoura palito cozida Alface em tiras | **GRUPO 2 E 3\*\***  Banana e maçã  Tortinha integral com atum  Brócolis cozido  Suco de uva |
| **Manhã - 09h30**  **Tarde - 15h30** | **GRUPO 4, 5 E 6**  Maçã  Bolo de laranja sem glúten  Leite com cacau | **GRUPO 4, 5 e 6**  Manga  Macarrão integral parafuso  Carne em cubos com molho de tomate  Batata doce cozida | **GRUPO 4, 5 E 6**  Banana  Arroz parboilizado  Feijão  Frango assado desfiado  Alface | **GRUPO 4, 5 E 6**  Banana  Arroz parboilizado  Lentilha  Hambúrguer caseiro  Cenoura palito cozida  Alface em tiras | **GRUPO 4, 5 E 6**  Maçã  Tortinha integral com atum (forma de cupcake)  Brócolis coz.  Suco de uva |

**CARDÁPIO III – 18 A 22 DE SETEMBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIOS** | **SEGUNDA-FEIRA** | **TERÇA-FEIRA** | **QUARTA-FEIRA** | **QUINTA-FEIRA** | **SEXTA-FEIRA** |
| **Manhã**  **1º lanche**  **9h -** Frutas  **2º lanche**  **11h -** Complemento  **Tarde**  **1º lanche**  **14h30 -** Frutas  **2º lanche**  **16h30 -** Complemento | **GRUPO 1\***  Laranja e maçã  Purê de inhame  Brócolis cozido  Ovo cozido | **GRUPO 1\***  Banana e Tangerina  Macarrão parafuso  Frango assado desfiado  Molho de tomate caseiro  Cenoura em rodelas cozida | **GRUPO 1\***  Mamão e banana  Arroz integral e feijão  Carne de panela desfiada  Alface em tiras  *obs.: Neste dia o* ***cardápio da tarde*** *será adaptado para uma atividade culinária que as professoras realizarão.* | **GRUPO 1\***  Maçã e banana  Arroz e Lentilha  Frango desfiado  Beterraba cozida | **GRUPO 1\***  Melão e maçã  Frango cozido desfiado  Arroz branco  Brócolis coz. |
| **GRUPO 2 E 3\*\***  Laranja e maçã  Cupcake de cacau  Vitamina (leite+maçã+canela)  Aveia em flocos | **GRUPO 2 E 3\*\***  Banana e Tangerina  Macarrão parafuso integral  Frango assado desfiado  Cenoura em rodelas cozida | **GRUPO 2 E 3\*\***  Mamão e banana  Arroz integral e Feijão  Carne moída refogada  Alface em tiras  *obs.: Neste dia o* ***cardápio da tarde*** *será adaptado para uma atividade culinária que as professoras realizarão.* | **GRUPO 2 E 3\*\***  Maçã e banana  Arroz parboilizado  Lentilha  Frango desfiado  Beterraba cozida | **GRUPO 2 E 3\*\***  Melão e maçã  Pãozinho colorido  Manteiga\*\*\*  Ovo mexido  Suco de laranja |
| **Manhã - 09h30**  **Tarde - 15h30** | **GRUPO 4, 5 E 6**  Maçã  Bolo de cacau  Vitamina (leite + maçã + canela) e Aveia em flocos | **GRUPO 4, 5 e 6**  Banana  Macarrão parafuso integral  Frango assado desfiado  Cenoura cozida | **GRUPO 4, 5 E 6**  Banana  Arroz integral e Feijão  Carne de panela desfiada  Alface em tiras  *\*Lanche para passeio* | **GRUPO 4, 5 E 6**  Maçã  Arroz parboilizado e Lentilha  Frango desfiado  Beterraba cozida | **GRUPO 4, 5 E 6**  Melão  Pão de que?  Geleia de frutas  Suco de laranja Pipoca |

**CARDÁPIO IV – 25 A 29 DE SETEMBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIOS** | **SEGUNDA-FEIRA** | **TERÇA-FEIRA** | **QUARTA-FEIRA** | **QUINTA-FEIRA** | **SEXTA-FEIRA** |
| **Manhã**  **1º lanche**  **9h -** Frutas  **2º lanche**  **11h -** Complemento  **Tarde**  **1º lanche**  **14h30 -** Frutas  **2º lanche**  **16h30 -** Complemento | **GRUPO 1\***  *Parada pedagógica* | **GRUPO 1\***  Maçã e laranja  Batata baroa cozida  Cenoura picada cozida  Ovo cozido | **GRUPO 1\***  Banana e tangerina  Macarrão parafuso  Carne moída refogada  Couve-flor cozida | **GRUPO 1\***  Banana e maçã  Arroz e Feijão  Sobrecoxa de frango assada e cenoura cozida | **GRUPO 1\***  Melão e maçã  Creme de abóbora  carne moída  Cenoura cozida |
| **GRUPO 2 E 3\*\*** | **GRUPO 2 E 3\*\***  Maçã e Laranja  Bolo de banana e aveia  Iogurte natural com fruta  Pipoca | **GRUPO 2 E 3\*\***  Banana e tangerina  Macarrão parafuso  Carne moída refogada  Couve-flor cozida | **GRUPO 2 E 3\*\***  Maçã e mamão  Arroz e Feijão  Sobrecoxa de frango assada desfiada  Alface em tiras e cenoura ralada | **GRUPO 2 E 3\*\***  Melão e maçã  Pão de que?  Cenoura palito cozida  Iogurte |
| **Manhã - 09h30**  **Tarde - 15h30** | **GRUPO 4, 5 E 6** | **GRUPO 4, 5 e 6**  Banana  Bolo de banana e aveia  Iogurte natural com fruta  Pipoca | **GRUPO 4, 5 E 6**  Banana  Macarrão parafuso  Carne moída refogada  Couve-flor cozida | **GRUPO 4, 5 E 6**  Mamão  Arroz e Feijão  Sobrecoxa de frango assada desfiada  Alface em tiras e cenoura ralada | **GRUPO 4, 5 E 6**  Maçã  Pão integral fatiado  Creme de queijo minas / geleia de frutas  Frango desfiado e Alface  Suco de limão |