**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 melãoBrócolis cozidoPurê de baroaOvo cozido | **GRUPO 1\***Banana e Laranja Macarrão parafusoCarne moídaMolho de tomate caseiroBeterraba em cubos cozida | **GRUPO 1\***Maçã e tangerinaArroz parboilizado FeijãoFrango desfiadoBrócolis cozido  | *- Independência do Brasil (sem atividade letiva)* | *(sem atividade letiva)* |
| **GRUPO 2 E 3\*\***Maçã e melãoCupcake de maçã e aveiaSuco de laranja | **GRUPO 2 E 3\*\***Banana e LaranjaMacarrão parafuso Ovo de codornaMolho de tomateMilho cozidoBeterraba em cubinhos coz. | **GRUPO 2 E 3\*\***Maçã e tangerinaArroz parboilizadoFeijão Frango desfiado Brócolis cozido |  |  |
| **Manhã - 09h30** **Tarde - 15h30**  | **GRUPO 4, 5 E 6**Maçã e Melão Bolo de maçã e aveiaVitamina de leite, banana e cacau | **GRUPO 4, 5 E 6**BananaMacarrão parafuso Ovo de codornaMolho de tomateMilho cozidoBeterraba em palito cozida | **GRUPO 4, 5 E 6**Tangerina Arroz parboilizadoFeijão 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, boloSopa de legumes e frango | **GRUPO 1\***Manga e bananaMacarrão integral carne desfiada com molhoBatata doce coz. | **GRUPO 1\***Banana e maçãArroz e feijãoFrango assado desfiadoBeterraba cozida | **GRUPO 1\***Mamão e bananaArroz e lentilhaHambúrguer caseiroCenoura palito cozida | **GRUPO 1\***Laranja e maçãFrango refogadoBatata doceBrócolis cozido |
| **GRUPO 2 E 3\*\***Laranja e maçãBolo de laranja sem glútenLeite com cacau | **GRUPO 2 E 3\*\***Manga e bananaMacarrão integral parafusoCarne em cubos com molho de tomateBatata doce cozida | **GRUPO 2 E 3\*\***Banana e maçãArroz parboilizado FeijãoFrango assado desfiadoBeterraba cozidaAlface | **GRUPO 2 E 3\*\***Mamão e bananaArroz parboilizado LentilhaHambúrguer caseiroCenoura palito cozida Alface em tiras | **GRUPO 2 E 3\*\***Banana e maçãTortinha integral com atumBrócolis cozidoSuco de uva |
| **Manhã - 09h30** **Tarde - 15h30**  | **GRUPO 4, 5 E 6**Maçã Bolo de laranja sem glútenLeite com cacau | **GRUPO 4, 5 e 6**MangaMacarrão integral parafusoCarne em cubos com molho de tomateBatata doce cozida | **GRUPO 4, 5 E 6**BananaArroz parboilizado FeijãoFrango assado desfiadoAlface | **GRUPO 4, 5 E 6**Banana Arroz parboilizado LentilhaHambúrguer caseiroCenoura palito cozidaAlface em tiras | **GRUPO 4, 5 E 6**MaçãTortinha 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 maçãPurê de inhame Brócolis cozidoOvo cozido | **GRUPO 1\***Banana e Tangerina Macarrão parafusoFrango assado desfiadoMolho de tomate caseiroCenoura em rodelas cozida | **GRUPO 1\***Mamão e bananaArroz integral e feijãoCarne 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 bananaArroz e LentilhaFrango desfiado Beterraba cozida | **GRUPO 1\***Melão e maçãFrango cozido desfiadoArroz brancoBrócolis coz. |
| **GRUPO 2 E 3\*\***Laranja e maçãCupcake de cacauVitamina (leite+maçã+canela)Aveia em flocos | **GRUPO 2 E 3\*\***Banana e Tangerina Macarrão parafuso integralFrango assado desfiadoCenoura em rodelas cozida | **GRUPO 2 E 3\*\***Mamão e bananaArroz integral e FeijãoCarne moída refogadaAlface 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 bananaArroz parboilizadoLentilhaFrango desfiado Beterraba cozida | **GRUPO 2 E 3\*\***Melão e maçãPãozinho coloridoManteiga\*\*\* Ovo mexidoSuco de laranja |
| **Manhã - 09h30** **Tarde - 15h30**  | **GRUPO 4, 5 E 6**MaçãBolo de cacauVitamina (leite + maçã + canela) e Aveia em flocos | **GRUPO 4, 5 e 6**BananaMacarrão parafuso integralFrango assado desfiadoCenoura cozida | **GRUPO 4, 5 E 6**BananaArroz integral e FeijãoCarne de panela desfiada Alface em tiras*\*Lanche para passeio* | **GRUPO 4, 5 E 6**MaçãArroz parboilizado e LentilhaFrango desfiado Beterraba cozida | **GRUPO 4, 5 E 6**MelãoPão de que? Geleia de frutasSuco de laranjaPipoca |

**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 laranjaBatata baroa cozidaCenoura picada cozidaOvo cozido | **GRUPO 1\***Banana e tangerinaMacarrão parafusoCarne moída refogadaCouve-flor cozida | **GRUPO 1\***Banana e maçãArroz e FeijãoSobrecoxa de frango assada e cenoura cozida | **GRUPO 1\***Melão e maçãCreme de abóboracarne moídaCenoura cozida |
| **GRUPO 2 E 3\*\***  | **GRUPO 2 E 3\*\***Maçã e LaranjaBolo de banana e aveiaIogurte natural com frutaPipoca | **GRUPO 2 E 3\*\***Banana e tangerinaMacarrão parafusoCarne moída refogadaCouve-flor cozida | **GRUPO 2 E 3\*\***Maçã e mamãoArroz e FeijãoSobrecoxa de frango assada desfiada Alface em tiras e cenoura ralada | **GRUPO 2 E 3\*\***Melão e maçãPão de que?Cenoura palito cozidaIogurte  |
| **Manhã - 09h30** **Tarde - 15h30**  | **GRUPO 4, 5 E 6** | **GRUPO 4, 5 e 6**BananaBolo de banana e aveiaIogurte natural com frutaPipoca | **GRUPO 4, 5 E 6**BananaMacarrão parafusoCarne moída refogadaCouve-flor cozida | **GRUPO 4, 5 E 6**MamãoArroz e FeijãoSobrecoxa de frango assada desfiada Alface em tiras e cenoura ralada | **GRUPO 4, 5 E 6**MaçãPão integral fatiadoCreme de queijo minas / geleia de frutasFrango desfiado e Alface Suco de limão |