

CARDÁPIO FUNDAMENTAL – RESTRIÇÃO AO LEITE



MÊS:	OUTUBRO	2021	Nutricionista responsável: Gabriele Klitzke Valtrich - CRN 10/SC 2944		
DATA	04/out	05/out	06/out	07/out	08/out
SEMANA 01	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Torrada com manteiga*Opção margarina Becel®	Rosquinha de Polvilho Bolo mesclado integral	Misto frio (pão Pullman integral)	Cookies de cacau	Pão Pullman integral com requeijão caseiro
	Suco de frutas	Chá	Suco de frutas	Bebida Láctea	Chá
	Omelete colorida	Frango Assado	Estrogonoffe de carne*Opção sem molho branco	Filé de frango grelhado	Carne moída refogada com legumes
ALMOÇO	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão / Farofa	Feijão	Feijão	Feijão
	Macarrão integral ao sugo	Creme de milho	Batata palha	Batata sauté	Macarrão
	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)
LANCHE DA TARDE	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação
	Sopa de frango, arroz e legumes Bolo Mesclado integral e Bolacha Salgada	Sanduíche Pizza	Pão de Queijo	Pão francês integral com ovo	Pizza de queijo
	Chá	Suco de frutas	Bebida Láctea	Chá	Suco de Frutas

OBS: Os alimentos **grifados em amarelo** contém leite na composição.
Os alimentos **grifados em vermelho** podem conter traços de leite.

Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade operacional

MÊS:	OUTUBRO	2021	Nutricionista responsável: Gabriele Klitzke Valtrich - CRN 10/SC 2944		
DATA	11/out	12/out	13/out	14/out	15/out
SEMANA 02	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	NÃO HAVERÁ AULA	FERIADO	Fruta	Fruta	Fruta
			Cereal	Bolacha Salgada	Pão caseiro de cenoura com manteiga*Opção margarina Becel®
			Leite	Bolo de chocolate integral	Suco de frutas
			Achocolatado		
Almôndega de carne ao molho sugo			Carne de panela com legumes	Frango ensopado	
Arroz			Arroz	Arroz	
Feijão			Feijão / Farofa	Feijão	
Macarrão integral ao sugo			Polenta	Aipim	
Saladas (5 tipos)			Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	
HORA DA FRUTINHA					Fruta da Estação
LANCHE DA TARDE			Rosquinha de Polvilho	Pão caseiro de cenoura com mortadela de frango	Pão Francês integral com mortadela de frango e salada
			Bolo de chocolate integral		
			Chá	Suco de frutas	Suco de frutas

OBS: Os alimentos **grifados em amarelo** contém leite na composição.
Os alimentos **grifados em vermelho** podem conter traços de leite.

Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade operacional

MÊS:	OUTUBRO	2021	Nutricionista responsável: Gabriele Klitzke Valtrich - CRN 10/SC 2944		
DATA	18/out	19/out	20/out	21/out	22/out
SEMANA 03	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Torrada com manteiga *Opção margarina Becel®	Sanduíche Pizza (Pão de sanduíche integral)	Pão integral caseiro com manteiga *Opção margarina Becel® e geleia	Rosquinha de Polvilho Bolo de cenoura integral	Pão de queijo
	Chá	Suco de frutas	Chá	Suco de frutas	Chá
	ALMOÇO	Íscas de carne ao molho madeira	Estrogonoffe de frango *Opção sem molho branco	Carne moída ensopada com batatas	Frango assado
Arroz		Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
Feijão		Feijão	Feijão	Feijão / Farofa	Feijão
Macarrão ao alho e óleo		Batata Palha	Polenta	Macarrão integral ao molho sugo	Escondidinho de carne
Saladas (5 tipos)		Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)
HORA DA FRUTINHA	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação
LANCHE DA TARDE	Misto frio (Pão Pullman integral)	Pão caseiro integral com manteiga *Opção margarina Becel®	Sopa de frango, macarrão e legumes Torrada com manteiga *Opção margarina Becel®	Pão Francês integral com mortadela de frango	Cereal
	Suco de frutas	Chá	Suco de frutas	Chá	Leite

OBS: Os alimentos **grifados em amarelo contém** leite na composição.
Os alimentos **grifados em vermelho** podem conter traços de leite.

Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade operacional

MÊS:	OUTUBRO	2021	Nutricionista responsável: Gabriele Klitzke Valtrich - CRN 10/SC 2944		
DATA	25/out	26/out	27/out	28/out	29/out
SEMANA 04	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Cereal	Bolacha Salgada	Sanduíche de Forno com Queijo (integral)	Pão Francês integral com mortadela de frango	Bisnaguinha (caseira) de cenoura com manteiga*Opção margarina Becel®
	Leite	Bolo de laranja com aveia			
		Chá	Suco de Frutas	Suco de frutas	Suco de frutas
ALMOÇO	Almôndega de carne Assada	Carne de panela com legumes	Frango ensopado	Peixe ensopado	Bolo de carne moída
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz integral
	Feijão	Feijão / Farofa	Feijão	Feijão	Feijão
	Macarrão integral ao sugo	Batata doce	Polenta	Purê de batata	Macarrão ao alho e óleo
	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)
HORA DA FRUTINHA	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação
LANCHE DA TARDE	Rosquinha de Polvilho	Pão integral hambúrguer e salada	Macarrão com carne moída	Sanduíche Pizza	Sanduíche natural de frios
	Bolo de laranja com aveia		Torta de Bolachas e Bolacha Salgada		
	Achocolatado	Chá da Horta da Tia Lena	Suco de frutas	Chá	Suco de frutas

OBS: Os alimentos **grifados em amarelo** contém leite na composição.
Os alimentos **grifados em vermelho** podem conter traços de leite.

Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade operacional