

Observações

- São oferecidos diversos sabores de suco: laranja, acerola, kiwi, maracujá, melão, melancia e manga. Junto a esses alimentos, para crianças acima de seis meses, também são oferecidos biscoitos salgados e doces (sem recheio) quando enviado pelos pais.
- No almoço todas as verduras e os legumes são oferecidos de acordo com as estações do ano.
- As sopas são oferecidas na forma pastosa (batida).
- Nas papas doces são oferecidas frutas da estação.
- Após as refeições (almoço e jantar) será oferecida água potável.
- O cardápio poderá sofrer alterações, mas será informado na agenda escolar qual alimento foi substituído.
- Caso a criança apresente alguma alergia alimentar, favor informar na agenda escolar qual o alimento alergênico segundo exame clínico e diagnóstico do pediatra.

Porções

Lanche da manhã: Suco - 120ml
Alimentos sólidos - 2 unid.

Almoço: Salada, refogados/purês - 1 colher de sopa (de cada)
Carne - 1 unidade pequena
Arroz - 3 colheres de sopa
Feijão com caldo - 1 concha pequena
Macarrão - 1 colher de servir (arroz)
Pedaço - 1 a 2 pedaços médios
Papa doce (fruta) - 3 colheres de sopa

Jantar: Papa salgada (sopa ou canja) - 1 ½ concha
Papa doce (fruta) - 3 colheres de sopa

Horário das Refeições

Suco
9h

Almoço
11h

Mamadeira
13h

Jantar
16h

Rua Professor Luís Pardini, 104 | Cidade Ademar - São Paulo - SP
(11) 5562-3394



2018

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana
Segunda	<p>ALMOÇO - Comidinha caseira Salada de alface crespa com tomate, bife de panela, arroz com feijão carioca e purê de cenoura.</p> <p>JANTAR - Sopa de feijão Feijão carioca, macarrão ave maria, músculo de boi e cenoura.</p>	<p>ALMOÇO - Stroganoff de carne Salada de acelga com cenoura, stroganoff de carne, arroz branco e batata palito.</p> <p>JANTAR - Sopa de legumes Músculo de boi, macarrão ave maria, batata, cenoura, acelga, chuchu, mandioquinha, couve manteiga.</p>	<p>ALMOÇO - Rocambole Salada de agrião com tomate, rocambole de carne moída, arroz com feijão carioca e repolho roxo refogado.</p> <p>JANTAR - Sopa de lentilha Lentilha, macarrão ave maria, músculo de boi e escarola.</p>	<p>ALMOÇO - Dia do hamburquinho Salada de alface lisa, hambúrguer (caseiro), arroz com feijão carioca e purê de mandioquinha.</p> <p>JANTAR - Sopa de ervilha Ervilha, macarrão ave maria, músculo de boi e agrião.</p>
Terça	<p>ALMOÇO - Pratinho colorido Salada de beterraba ralada, frango em cubinhos, arroz com feijão carioca, vagem, milho e ervilha.</p> <p>JANTAR - Sopa de brócolis Brócolis, macarrão padre nosso e frango.</p>	<p>ALMOÇO - Franguinho grelhado Salada de alface americana, filé de frango grelhado, arroz com feijão carioca e escarola refogada.</p> <p>JANTAR - Sopa de milho verde Milho verde, macarrão padre nosso, frango e agrião.</p>	<p>ALMOÇO - Comidinha nutritiva Salada de pepino ralado, frango desfiado, arroz com feijão carioca e berinjela refogada.</p> <p>JANTAR - Sopa de cenoura Cenoura, macarrão padre nosso frango e alface crespa.</p>	<p>ALMOÇO - Batata feliz Salada de acelga com tomate, frango com creme de milho, arroz com feijão carioca e batata smile.</p> <p>JANTAR - Sopa de cara Cara, macarrão padre nosso, frango, escarola e vagem.</p>
Quarta	<p>ALMOÇO - Comidinha carioca Salada de alface americana, carne de panela, arroz com feijão preto e couve manteiga.</p> <p>JANTAR - Sopa de abóbora e rúcula Abóbora, macarrão ave maria, carne vermelha e rúcula.</p>	<p>ALMOÇO - Carne maluca Salada de escarola com tomate, carne desfiada com tomate, arroz com feijão preto e mandioca assada.</p> <p>JANTAR - Sopa de grão de bico Grão de bico, macarrão ave maria, carne vermelha, chuchu e abóbora.</p>	<p>ALMOÇO - Bifinho a rolê Salada de abobrinha, macarrão ave maria, carne vermelha, acelga e abobrinha.</p> <p>JANTAR - Sopa de mandioquinha Mandioquinha, macarrão ave maria, carne vermelha, acelga e abobrinha.</p>	<p>ALMOÇO - Comidinha tropical Salada de abóbora japonesa, iscas de carne bovina, arroz com feijão preto e escarola refogada.</p> <p>JANTAR - Sopa de moranga Moranga, macarrão ave maria, carne vermelha, salsa e cebolinha.</p>
Quinta	<p>ALMOÇO - Escondidinho de frango Salada de acelga, escondidinho de frango, arroz com feijão carioca e purê de batata.</p> <p>JANTAR - Canja de galinha Arroz branco, frango, salsão, tomate, batata, salsa.</p>	<p>ALMOÇO - Buquezinho gostoso Salada de alface crespa, sobrecoxa de panela, arroz com feijão carioca e chuchu, abóbora e couve-flor refogado.</p> <p>JANTAR - Canja de galinha Arroz branco, frango, salsão, tomate, batata e salsa.</p>	<p>ALMOÇO - Hum! Almôndega de frango Salada de beterraba cozida, almôndega de frango, arroz com feijão carioca e acelga refogada.</p> <p>JANTAR - Canja de galinha Arroz branco, frango, salsão, tomate, batata e salsa.</p>	<p>ALMOÇO - Hum! Mandioquinha Salada de agrião, iscas de frango, arroz com feijão carioca e mandioquinha com inhame refogado.</p> <p>JANTAR - Canja de galinha Arroz branco, frango, salsão, tomate, batata e salsa.</p>
Sexta	<p>ALMOÇO - Carninha colorida Salada de catalonia, carne com legumes, arroz com feijão carioca, brócolis, nabo e vagem.</p> <p>JANTAR - Sopa de beterraba Beterraba, macarrão padre nosso, carne vermelha, tomate, cenoura e salsa.</p>	<p>ALMOÇO - Comidinha do Pernalonga Salada de cenoura cozida, almôndega bovina, arroz com feijão carioca e purê de cara.</p> <p>JANTAR - Sopa de abobrinha Abobrinha, macarrão padre nosso, mandioca, carne vermelha e rúcula.</p>	<p>ALMOÇO - Comidinha da vovó Salada de escarola, carne moída, arroz com feijão carioca e batata em cubinhos.</p> <p>JANTAR - Sopa de batata doce Batata doce, macarrão padre nosso, carne vermelha, chuchu e rúcula.</p>	<p>ALMOÇO - Iscas saborosas Salada de alface crespa, iscas de fígado com tomate, arroz com feijão carioca e abobrinha refogada.</p> <p>JANTAR - Sopa de inhame Inhame, macarrão padre nosso, carne vermelha, repolho e cenoura.</p>

Após o almoço e Jantar, será servida sobremesa (papa doce de fruta ou gelatina).