

# CARDÁPIO SEMANAL

KINDER I

Semana: \_\_\_\_\_ 1 e 5 de abril

HMMM

## Segunda-feira

**Lanche Manhã:**  
Mini Pão de Queijo  
Banana e Laranja

**Almoço:**  
Arroz/Feijão  
Isclas de carne  
Parafuso na manteiga  
Legumes Sautee  
Sal: beterraba ralada

**Lanche Tarde:**  
Sfiha de frango  
Morango

**Pré Jantar:**  
Macarrão c/ Carne Moída

## Terça-feira

**Lanche Manhã:**  
Waffle com Geleia  
Maçã e Melancia

**Almoço:**  
Arroz/Feijão  
Frango desfiado  
Cenoura Sautee  
Batata doce  
Sal: Cenoura ralada

**Lanche Tarde:**  
Pão com requeijão caseiro  
Abacaxi e Mamão

**Pré Jantar:**  
Sopa Minestra  
Pão Caseiro

## Quarta-feira

**Lanche Manhã:**  
Omelete de legumes + pão  
Banana e Uva

**Almoço:**  
Arroz/Feijão  
Carne Moída com Molho  
Purê de Batatas  
Abóbora Cabotiá  
Sal: Tomate cereja

**Lanche Tarde:**  
Bolo de Cenoura  
Manga e Kiwi

**Pré Jantar:**  
Arroz, Feijão e Frango.

## Quinta-feira

**Lanche Manhã:**  
Panqueca com geléia caseira  
Uva e Maçã

**Almoço:**  
Arroz/Feijão  
Frango desfiado  
Quinoa  
Legumes Sautee  
Sal: Pepino ralado

**Lanche Tarde:**  
Chipa  
Laranja e morango

**Pré Jantar:**  
Sopa creme de espinafre

## Sexta-feira

**Lanche Manhã:**  
Queijo Quente  
Mamão e Abacaxi

**Almoço:**  
Arroz/Feijão  
Carne desfiada  
Batata  
Brócolis com Milho Refogados  
Sal: couve flor

**Lanche Tarde:**  
Biscoito de Polvilho  
Uva e Banana

**Pré Jantar:**  
Canja  
Pão massinha

- Todas as preparações são realizadas sem adição de açúcar, somente açúcares dos ingredientes naturais;
- Todas as carnes desfiadas/picadas.

it's cool

# CARDÁPIO SEMANAL

KINDER I

Semana: 08 a 12 de abril

HMMM

## Segunda-feira

### Lanche Manhã:

Ovos mexidos + pão fatiado  
Banana e Kiwi

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Carne moída  
Polenta  
Legumes na Manteiga  
Sal: tomate cereja

### Lanche Tarde:

Bolo de Laranja  
Uva e Melão

### Pré Jantar:

Sopa de Legumes  
Pão Caseiro

## Terça-feira

### Lanche Manhã:

Pão de Queijo Mineirinho  
Mamão e Maçã

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Franguinho desfiado  
Batata Rústica  
Legumes na Chapa  
Sal: cenoura ralada

### Lanche Tarde:

Mini sfiha de carne  
Melão e melancia

### Pré Jantar:

Polenta c/ Carne Moída

## Quarta-feira

### Lanche Manhã:

Pão de Beterraba c/ Queijo  
Manga e Banana

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Carne desfiada  
Nhoque com ervas  
Vagem a Burguesa  
Sal beterraba ralada

### Lanche Tarde:

Sanduche de pão sírio com pastinha  
de frango  
Mamão e Maçã

### Pré Jantar:

Canja | Pão Massinha

## Quinta-feira

### Lanche Manhã:

Bolo de fubá  
Melancia e Maçã

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Almôndegas  
Penne ao sugo  
Cenoura Sautee  
Sal: tomate picadinho

### Lanche Tarde:

Mini pão de queijo  
Laranja e Melão

### Pré Jantar:

Arroz, Legumes e Carne

## Sexta-feira

### Lanche Manhã:

Waffle integral com requeijão  
caseiro  
Banana e Uva

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Frango desfiado  
Milho cozido  
Legumes na Manteiga  
Sal: Pepino ralado

### Lanche Tarde:

Muffins de Laranja com aveia  
Melancia e Laranja

### Pré Jantar:

Sopa Minestra  
Pão Massinha

- Todas as preparações são realizadas sem adição de açúcar, somente açúcares dos ingredientes naturais;
- Todas as carnes desfiadas/picadas.

it's cool

# CARDÁPIO SEMANAL

KINDER I

Semana: 15 a 19 abril

HMMM

## Segunda-feira

### Lanche Manhã:

Mini Pão de Queijo  
Banana e Kiwi

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Carne Moída com molho  
Parafuso ao sugo  
Brócolis Sautee  
Sal: Couve flor

### Lanche Tarde:

Panqueca c/ Geleia caseira  
Maçã e Laranja

### Pré Jantar:

Macarrão c/ Carne

## Terça-feira

### Lanche Manhã:

Omelete  
Maçã e Morango

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Omelete de forno  
Batata cozida  
Jardineira de Legumes  
Sal: beterraba ralada

### Lanche Tarde:

Muffin de Cacau  
Manga e Uva

### Pré Jantar:

Sopa de feijão  
Pão fatiado

## Quarta-feira

### Lanche Manhã:

Chipa  
Banana e Manga

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Salmão  
Purê misto (cenoura e batata)  
Vagem na Manteiga  
Sal: cenoura ralada

### Lanche Tarde:

Bolo de maçã com aveia  
Melão e Melancia

### Pré Jantar:

Polenta com carne moída

## Quinta-feira

### Lanche Manhã:

Pão de cenoura com requeijão  
caseiro  
Maçã e Mamão

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Carne desfiada  
Aipim sauté  
Legumes Gratinado  
Sal: tomate cereja

### Lanche Tarde:

Mini pizza de queijo  
Abacaxi e Uva

### Pré Jantar:

Sopa creme de batata salsa  
Pão massinha

## Sexta-feira

### Lanche Manhã:

Queijo Quente  
Laranja e Banana

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Cubinhos de frango  
Batata assada  
Legumes sauté  
Sal: cenoura ralada

### Lanche Tarde:

Mini Pão de batata de frango  
Maçã e Kiwi

### Pré Jantar:

Arroz, Feijão, Carne

- Todas as preparações são realizadas sem adição de açúcar, somente açúcares dos ingredientes naturais;
- Todas as carnes desfiadas/picadas.

it's cool

# CARDÁPIO SEMANAL

KINDER I

Semana: 22 a 26 de abril

HMMM

## Segunda-feira

### Lanche Manhã:

Panqueca americana com geléia caseira  
Banana e Abacaxi

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Carne moída  
Parafuso na manteiga  
Brócolis e couve flor  
Sal: Tomate cereja

### Lanche Tarde:

Sanduche com pastinha de frango com cenoura  
Uva e Maçã

### Pré Jantar:

Risoto de Frango

## Terça-feira

### Lanche Manhã:

Crepioca com queijo  
Mamão e Maçã

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Frango desfiado  
Risoto a napolitana (tomate, manjeriço)  
Legumes na Chapa  
Sal: Cenoura ralada

### Lanche Tarde:

Bolo de maçã  
Melão e banana

### Pré Jantar:

Arroz, Feijão e Carne

## Quarta-feira

### Lanche Manhã:

Pão de batata com requeijão  
Banana e uva

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Almôndegas ao sugo  
Macarrão na manteiga  
Cenoura Sauté  
Sal: beterraba ralada

### Lanche Tarde:

Omelete com tomate cereja  
Maçã e Melancia

### Pré Jantar:

Canja  
Pão Caseiro

## Quinta-feira

### Lanche Manhã:

Esfira de frango  
Kiwi e Maçã

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Mini hamburguer (somente carne moída)  
Batata bolinha assada  
Brócolis  
Sal: Pepino ralado

### Lanche Tarde:

Muffin de aveia  
Morango e Mamão

### Pré Jantar:

Macarrão c/ Frango

## Sexta-feira

### Lanche Manhã:

Mini Pão de Queijo  
Mamão e Banana

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Carne desfiada  
Purê de batata salsa  
Abóbora cabotiá  
Sal: Couve Flor

### Lanche Tarde:

Bolo de cenoura  
Melão e Uva

### Pré Jantar:

Sopa de Legumes c/ Carne  
Pão Massinha

- Todas as preparações são realizadas sem adição de açúcar, somente açúcares dos ingredientes naturais;
- Todas as carnes desfiadas/picadas.

it's cool

# CARDÁPIO SEMANAL

KINDER I

Semana: 29 e 30 de abril

HMMM

Segunda-feira

Compensação de horas

Terça-feira

Compensação de horas

Quarta-feira

Quinta-feira

Sexta-feira

- Todas as preparações são realizadas sem adição de açúcar, somente açúcares dos ingredientes naturais;
- Todas as carnes/picadas.

it's cool