

CARDÁPIO SEMANAL

Kinder II

Semana: 2 e 3 de maio

HMMM

Segunda-feira

Terça-feira

Quarta-feira

Quinta-feira

Sexta-feira

Lanche Manhã:

Mini Pizza de frango
Mexerica e Maçã

Almoço:

Arroz/Feijão
Carne desfiada
Quinoa
Abobrinha
Sal: beterraba ralada

Lanche Tarde:

Mufin de banana
Melão e Uva

Pré Jantar:

Minestra

Lanche Manhã:

Mini esfiha de frango
Banana e Manga

Almoço:

Arroz/Feijão
Frango desfiado
Penne
Milho cozido
Sal: Couve flor

Lanche Tarde:

Chipa
Melancia e Mamão

Pré Jantar:

Arroz, Feijão e 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 II

Semana: 06 a 10 de maio

HMMM

Segunda-feira

Lanche Manhã:

Chipa
Banana e Morango

Almoço:

Arroz/Feijão
Carne desfiada
Mix de Grãos
Abobrinha

Sal: pepino ralado

Lanche Tarde:

Bolo de mesclado com cacau
Melão e kiwi

Pré Jantar:

Arroz, Feijão e Frango

Terça-feira

Lanche Manhã:

Panqueca com geleia de frutas
Mamão e Maçã cozida

Almoço:

Arroz Integral/Feijão
Frango desfiado
Quinoa
Seleta de Legumes

Sal: beterraba ralada

Lanche Tarde:

Queijo quente
Melancia e Banana

Pré Jantar:

Sopa Minestra
Pão Caseiro

Quarta-feira

Lanche Manhã:

Pão de cenoura com requeijão
caseiro
Uva e morango

Almoço:

Arroz/Feijão
Carne bovina
Batata
Cenoura

Sal: tomate

Lanche Tarde:

Mufin de banana com aveia
Laranja e Pêra Ralada

Pré Jantar:

Risotinho c/ Carne

Quinta-feira

Lanche Manhã:

Pão de beterraba com pastinha de
frango
Manga e Maçã Cozida

Almoço:

Arroz Integral/Feijão
Frango desfiado
Penne colorido
Legumes quentes

Sal: lentilha

Lanche Tarde:

Panqueca com geleia
Abacaxi e Banana

Pré Jantar:

Sopa de aipim c/ carne
Pão Caseiro

Sexta-feira

Lanche Manhã:

Iogurte Natural batido com
banana e aveia
Morango

Almoço:

Arroz Integral/Feijão
Frango desfiado
Purê de batata
Legumes quentes

Sal: Cenoura ralada

Lanche Tarde:

Esfiha de frango
Mamão e Banana

Pré Jantar:

Risoto de frango com espinafre

- 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 II

Semana: 13 a 17 de maio

HMMM

Segunda-feira

Lanche Manhã:
Waffle caseiro com geléia
Banana e Maçã cozida

Almoço:
Arroz/Feijão
Carne moída
Batata cozida
Espinafre
Sal: Tomate

Lanche Tarde:
Torta Shrek (espinafre e frango)
Melancia e Uva

Pré Jantar:
Sopa de feijão com macarrão
Pão francês

Terça-feira

Lanche Manhã:
Pão massinha com ovos
Mamão e Uva

Almoço:
Arroz Integral/Feijão
Frango desfiado
Macarrão parafuso
Abóbora Cabotiá
Sal: pepino ralado

Lanche Tarde:
Crepioça com geléia
Pêra e Morango

Pré Jantar:
Polenta com molho de frango

Quarta-feira

Lanche Manhã:
Pão de queijo
Banana e Kiwi

Almoço:
Arroz/Feijão
Frango desfiado
Creme de milho
Brócolis
Sal: Beterraba ralada

Lanche Tarde:
Mufin de laranja
Abacaxi e Maçã Cozida

Pré Jantar:
Sopa creme de aipim
Pão massinha de cenoura

Quinta-feira

Lanche Manhã:
Panqueca de banana
Laranja e Manga

Almoço:
Arroz Integral/Feijão
Omelete
Batata doce
Abobrinha
Sal: tomate

Lanche Tarde:
Sanduiche de queijo
Melancia e Uva

Pré Jantar:
Macarrão c/ Carne

Sexta-feira

Lanche Manhã:
Chipa
Banana e Pêra

Almoço:
Arroz/Feijão
Carne bovina
Polenta
Cenoura
Sal: couve flor

Lanche Tarde:
Pão com pastinha de frango
Melancia e Banana

Pré Jantar:
Arroz, Feijão, Carne

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

CARDÁPIO SEMANAL

Kinder II

Semana: 20 a 24 de maio

HMMM

Segunda-feira

Lanche Manhã:
Iogurte Natural batido com
banana e aveia
Manga

Almoço:
Arroz Integral/Feijão
Carne moída
Parafuso colorido
Seleta de legumes
Sal: cenoura ralada

Lanche Tarde:
Mufin de banana
Laranja e Uva
Pré Jantar:
Risoto de Frango

Terça-feira

Lanche Manhã:
Pão de cenoura com requeijão
caseiro
Melancia e Banana

Almoço:
Arroz Integral/Feijão
Frango desfiado
Batata
Brócolis refogado
Sal: tomate

Lanche Tarde:
Cookies de cacau
Abacaxi e Maçã Assada
Pré Jantar:
Macarrão c/ carne moída

Quarta-feira

Lanche Manhã:
Panqueca de maçã
Banana e morango

Almoço:
Arroz Integral/Feijão
Isclas de carne
Polenta
Abobrinha
Sal: Beterraba ralada

Lanche Tarde:
Sanduiche de queijo
Mamão e Maçã Assada

Pré Jantar:
Sopa de legumes com frango
Pão massinha

Quinta-feira

Lanche Manhã:
Pão com ovos mexidos
Uva e morango

Almoço:
Arroz Integral/Feijão
Carne bovina
Creme de aipim
Brócolis refogado
Sal: pepino ralado

Lanche Tarde:
Mufin de cacau
Abacaxi e Kiwi

Pré Jantar:
Macarrão c/ Frango

Sexta-feira

Lanche Manhã:
Esfiha de frango
Laranja e Banana

Almoço:
Arroz/Feijão
Frango desfiado
Batata doce
Cenoura
Sal: Tomate

Lanche Tarde:
Mini pizza de milho
Mix de frutas

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 II

Semana: 27 a 31 de maio

HMMM

Segunda-feira

Lanche Manhã:

Pão de queijo
Maçã assada e uva

Almoço:

Arroz/Feijão
Carne desfiada
Parafuso colorido
Couve flor
Sal: Beterraba ralada

Lanche Tarde:

Torta de legumes c/ frango
Abacaxi e Mamão

Pré Jantar:

Arroz, Feijão e Frango

Terça-feira

Lanche Manhã:

Omelete assado
Tomate cereja e banana

Almoço:

Arroz Integral/Feijão
Frango desfiado
Purê de Grão de bico
Seleta de Legumes
Sal: cenoura ralada

Lanche Tarde:

Bolo de milho sem açúcar
Laranja e Morango

Pré Jantar:

Sopa Minestra
Pão Caseiro

Quarta-feira

Lanche Manhã:

Sanduche de queijo
Mix de frutas

Almoço:

Arroz/Feijão
Carne bovina
Polenta
Cenoura
Sal: tomate

Lanche Tarde:

Mini Pão de batata
Banana e kiwi

Pré Jantar:

Risotinho c/ Carne

Quinta-feira

FERIADO

Sexta-feira

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

it's cool