

Maternal I




CARDÁPIO	SEMANA	CARDÁPIO	SEMANA
Semana 1	09/01/2023 a 13/01/2023	Semana 1	26/06/2023 a 30/06/2023
Semana 2	16/01/2023 a 20/01/2023	Semana 2	17/07/2023 a 21/07/2023
Semana 3	23/01/2023 a 27/01/2023	Semana 3	24/07/2023 a 28/07/2023
Semana 4	30/01/2023 a 03/02/2023	Semana 4	31/07/2023 a 04/08/2023
Semana 1	06/02/2023 a 10/02/2023	Semana 1	07/08/2023 a 11/08/2023
Semana 2	13/02/2023 a 17/02/2023	Semana 2	14/08/2023 a 18/08/2023
Semana 3	20/02/2023 a 24/02/2023	Semana 3	21/08/2023 a 25/08/2023
Semana 4	27/02/2023 a 03/03/2023	Semana 4	28/08/2023 a 01/09/2023
Semana 1	06/03/2023 a 10/03/2023	Semana 1	04/09/2023 a 08/09/2023
Semana 2	13/03/2023 a 17/03/2023	Semana 2	11/09/2023 a 15/09/2023
Semana 3	20/03/2023 a 24/03/2023	Semana 3	18/09/2023 a 22/09/2023
Semana 4	27/03/2023 a 31/03/2023	Semana 4	25/09/2023 a 29/09/2023
Semana 1	03/04/2023 a 07/04/2023	Semana 1	02/10/2023 a 06/10/2023
Semana 2	10/04/2023 a 14/04/2023	Semana 2	09/10/2023 a 13/10/2023
Semana 3	17/04/2023 a 21/04/2023	Semana 3	16/10/2023 a 20/10/2023
Semana 4	24/04/2023 a 28/04/2023	Semana 4	23/10/2023 a 27/10/2023
Semana 1	01/05/2023 a 05/05/2023	Semana 1	30/10/2023 a 03/11/2023
Semana 2	08/05/2023 a 12/05/2023	Semana 2	06/11/2023 a 10/11/2023
Semana 3	15/05/2023 a 19/05/2023	Semana 3	13/11/2023 a 17/11/2023
Semana 4	22/05/2023 a 26/05/2023	Semana 4	20/11/2023 a 24/11/2023
Semana 1	29/05/2023 a 02/06/2023	Semana 1	27/11/2023 a 01/12/2023
Semana 2	05/06/2023 a 09/06/2023	Semana 2	04/12/2023 a 08/12/2023
Semana 3	12/06/2023 a 16/06/2023	Semana 3	11/12/2023 a 15/12/2023
Semana 4	19/06/2023 a 23/06/2023		




Obs.: Favor acompanhar o Calendário Escolar 2023 para visualizar os dias que não haverá aulas e funcionamento (Feriado e Recurso Escolar).






Maternal I

Semana 1

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
ALMOÇO 	Arroz com cenoura ralada, feijão, e ovos cozidos Salada: folhas verdes	Arroz, feijão preto e picadinho de carne com legumes Salada: folhas verdes	Arroz e macarronada com almondega Salada: folhas verdes e tomate	Arroz, lentilha e frango desfiado com beringela, tomate e cenoura Salada: legumes cozidos/cru	Arroz, feijão, moqueca de peixe e purê de batata com casca Salada: legumes cozidos/cru
SOBREMESA 	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE DA TARDE	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
JANTAR 	Sopa de frango com base de batata, chuchu, cenoura e inhame	Sopa de carne moída com: mandioquinha, cenoura, cará e cheiro verde.	Sopa de frango com batata doce, vagem, abóbora.	Sopa de texturizada com: base de cenoura, batata, abobrinha brasileira.	Sopa de músculo desfiado com: cará, ervilha seca partida e abóbora.

-  Mamadeira 17h30 (opcional) – Por favor, informar via agenda caso haja interesse em oferecer.
-  A sopa do jantar é composta de 3 tipos de legumes principalmente (1 verde/ 1 amarelo ou laranja/ 1 vermelho) mais o carboidrato macarrão ou arroz;
-  Cheiro verde, orégano, manjericão, louro acompanham as sopas e demais pratos para reforçar o sabor natural dos alimentos.




Os alimentos descritos abaixo seguirão o critério de acordo com a estação e disponibilidade do fornecedor:




-  Frutas sobremesa: banana, mamão, maçã, pera, laranja, abacate ou melancia;
-  Saladas verdes: couve, alface, acelga, repolho, rúcula;
-  Salada legumes cozidos/cru: beterraba, abobrinha, chuchu, cenoura ou batata doce.






Maternal I

Semana 2

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
ALMOÇO 	Arroz, feijão e omelete de forminhas com cenoura e cheiro verde Salada: folhas verdes	Arroz, feijão preto, carne desfiada com batatas em cubinhos Salada: folhas verdes	Arroz, feijão e fricassê de frango Salada: folhas verdes e tomate	Arroz, feijão e frango com quiabo Salada: legumes cozidos	Arroz e macarrão com sardinha Salada: legumes cozidos
SOBREMESA 	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE DA TARDE	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
JANTAR 	Sopa de carne moída com: batata, cará, tomate sem semente e sem pele, couve, abobrinha, ervilha fresca.	Sopa de frango com inhame, cenoura, mandioquinha e ervilha partida.	Sopa de carne desfiada com: batata doce, cenoura, beterraba e lentilha.	Sopa de frango com: cenoura, mandioquinha, chuchu e ervilha fresca.	Sopa de carne com: batata, abóbora cabotian, inhame e lentilha.

-  Mamadeira 17h30 (opcional) – Por favor, informar via agenda caso haja interesse em oferecer.
-  A sopa do jantar é composta de 3 tipos de legumes principalmente (1 verde/ 1 amarelo ou laranja/ 1 vermelho) mais o carboidrato macarrão ou arroz;
-  Cheiro verde, orégano, manjericão, louro acompanham as sopas e demais pratos para reforçar o sabor natural dos alimentos.










Os alimentos descritos abaixo seguirão o critério de acordo com a estação e disponibilidade do fornecedor:

-  Frutas sobremesa: banana, mamão, maçã, pera, laranja, abacate ou melancia;
-  Saladas verdes: couve, alface, acelga, repolho, rúcula;
-  Salada legumes cozidos/cru: beterraba, abobrinha, chuchu, cenoura ou batata doce.



Maternal I




Semana 3




	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
ALMOÇO 	Arroz, feijão e ovos cozidos cortados ao meio Salada: folhas verdes	Arroz, feijão preto, carne desfiada com ervilhas e cenoura, e viradinho de abobrinha Salada: folhas verdes	Arroz com frango em cubos e feijão Salada: folhas verdes e tomate	Arroz, feijão, frango desfiado com tomate e creme de milho Salada: legumes cozidos/cru	Arroz, feijão e suflê de atum Salada: legumes cozidos/cru
SOBREMESA 	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE DA TARDE	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
JANTAR 	Sopa de carne com batata, cará, vagem, abobrinha, lentilha.	Sopa de frango com inhame, cenoura, mandioquinha, ervilha fresca.	Sopa de carne com: batata doce, beterraba e brócolis, ervilha partida.	Sopa de frango com: cenoura, mandioquinha, chuchu, lentilha.	Sopa de carne com batata, abobrinha e cenoura, ervilha partida.
<ul style="list-style-type: none">  Mamadeira 17h30 (opcional) – Por favor, informar via agenda caso haja interesse em oferecer.  A sopa do jantar é composta de 3 tipos de legumes principalmente (1 verde/ 1 amarelo ou laranja/ 1 vermelho) mais o carboidrato macarrão ou arroz;  Cheiro verde, orégano, manjericão, louro acompanham as sopas e demais pratos para reforçar o sabor natural dos alimentos. <p><i>Os alimentos descritos abaixo seguirão o critério de acordo com a estação e disponibilidade do fornecedor:</i></p> <ul style="list-style-type: none">  Frutas sobremesa: banana, mamão, maçã, pera, laranja, abacate ou melancia;  Saladas verdes: couve, alface, acelga, repolho, rúcula;  Salada legumes cozidos/cru: beterraba, abobrinha, chuchu, cenoura ou batata doce. 					






Maternal I

Semana 4

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
ALMOÇO 	Arroz, feijão, ovos mexidos com orégano ou tomilho fresco e cenoura palito cozida Salada: folhas verdes	Arroz, feijão e escondidinho de moída (base de abóbora) Salada: folhas verdes	Arroz e polenta com molho a bolonhesa e cenoura. Salada: folhas verdes e tomate	Arroz, feijão e frango desfiado com tomate e abobrinha. Salada: legumes cozidos/cru	Arroz, e macarrão com atum Salada: legumes cozidos/cru
SOBREMESA 	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE DA TARDE	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
JANTAR 	Sopa de frango com cará, vagem, mandioquinha, abóbora, ervilha fresca.	Sopa de carne com batata, abóbora, chuchu, lentilha.	Sopa de frango com mandioca, cenoura, brócolis, ervilha partida.	Sopa de carne com batata doce, chuchu, abóbora, inhame, lentilha.	Sopa de frango com chuchu, abóbora, mandioquinha e cenoura, ervilha partida.

-  Mamadeira 17h30 (opcional) – Por favor, informar via agenda caso haja interesse em oferecer.
-  A sopa do jantar é composta de 3 tipos de legumes principalmente (1 verde/ 1 amarelo ou laranja/ 1 vermelho) mais o carboidrato macarrão ou arroz;
-  Cheiro verde, orégano, manjericão, louro acompanham as sopas e demais pratos para reforçar o sabor natural dos alimentos.

Os alimentos descritos abaixo seguirão o critério de acordo com a estação e disponibilidade do fornecedor:

-  Frutas sobremesa: banana, mamão, maçã, pera, laranja, abacate ou melancia;
-  Saladas verdes: couve, alface, acelga, repolho, rúcula;
-  Salada legumes cozidos/cru: beterraba, abobrinha, chuchu, cenoura ou batata doce.

