

## Maternal II



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 II


### Semana 1

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>	Suco natural e bolacha salgada	Suco natural e pão caseiro de cenoura com patê de ricota	Leite com cacau 50% e pão hot dog com requeijão	Suco natural e bolo de laranja	Suco natural e pão bisnaga de cenoura com manteiga
<b>ALMOÇO</b> 	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
<b>SOBREMESA</b> 	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>LANCHE DA TARDE</b>	Suco natural e bolo de laranja	Suco natural e pão hot dog com manteiga	Suco natural e pão caseiro de beterraba com patê de ricota	Leite com cacau 50% e pão hot dog com requeijão	Suco natural e bisnaga de cenoura recheio com manteiga
<b>JANTAR</b> 	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.


 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:*

 Sucos naturais: laranja, abacaxi, manga, maracujá, limão ou melancia (com o mínimo de açúcar possível, o que vai sobressair será sempre a fruta);

 Frutas sobremesa: banana, abacaxi, 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 II


### Semana 2

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>	Suco natural e bolacha salgada	Suco natural e pão hot dog com patê de frango e cenoura	Leite com cacau 50% e pão caseiro de escarola com manteiga	Suco natural e bolo de abobrinha	Suco natural e pão hot dog com patê de ricota
<b>ALMOÇO</b> 	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
<b>SOBREMESA</b> 	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>LANCHE DA TARDE</b>	Suco natural e bolo de maçã com aveia e canela	Suco natural e pão hot dog com requeijão	Suco natural e torta de legumes	Leite com cacau 50% e bisnaga integral com patê verde	Suco natural e panqueca de banana com aveia
<b>JANTAR</b> 	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.


 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:*

 Sucos naturais: laranja, abacaxi, manga, maracujá, limão ou melancia (com o mínimo de açúcar possível, o que vai sobressair será sempre a fruta);

 Frutas sobremesa: banana, abacaxi, 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 II


### Semana 3

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>	Suco natural e bolacha salgada	Suco natural e bolo de cenoura	Leite com cacau 50% e pão caseiro com requeijão	Suco natural e pão hot dog com manteiga	Suco natural e pão bisnaga de cenoura com manteiga
<b>ALMOÇO</b> 	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
<b>SOBREMESA</b> 	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>LANCHE DA TARDE</b>	Suco natural e bolo de banana com aveia	Suco natural e pão bisnaga de cenoura com patê verde	Suco natural e torta de bauru	Leite com cacau 50% e pão hot dog com requeijão	Suco natural e pão hot dog com patê de atum
<b>JANTAR</b> 	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.

 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:*

 Sucos naturais: laranja, abacaxi, manga, maracujá, limão ou melancia (com o mínimo de açúcar possível, o que vai sobressair será sempre a fruta);

 Frutas sobremesa: banana, abacaxi, 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 II


### Semana 4

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>	Leite com cacau 50% e bolacha salgada	Suco natural e pão caseiro tradicional	Suco natural e pão hot dog com requeijão	Suco natural e pão caseiro de cenoura	Suco natural e pão hot dog com patê de frango com ricota
<b>ALMOÇO</b> 	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
<b>SOBREMESA</b> 	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>LANCHE DA TARDE</b>	Suco natural e bolo de fubá	Suco natural e pão hot dog com manteiga	Suco natural e mandioqueijo	Leite com cacau 50% e pão bisnaga integral com manteiga	Suco natural e pão bisnaga integral com patê de sardinha
<b>JANTAR</b> 	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.


 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:*

 Sucos naturais: laranja, abacaxi, manga, maracujá, limão ou melancia (com o mínimo de açúcar possível, o que vai sobressair será sempre a fruta);

 Frutas sobremesa: banana, abacaxi, 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.

