

# Cardápio - 27 a 31 de janeiro

## Berçário

	<b>27 Segunda</b>	<b>28 Terça</b>	<b>29 Quarta</b>	<b>30 Quinta</b>	<b>31 Sexta</b>
<b>09:00</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>11:00</b>	Beterraba ralada Arroz e feijão Estragonofê de carne Batata assada	Brócolis com milho Arroz, feijão e feijão branco Rocambole de carne Macarrão ao molho branco	Couve Arroz Feijoada Kids Farofa de cenoura	Acelga com cenoura Arroz com brócolis e feijão Peixe assado Abóbora assada	Repolho colorido Arroz e feijão preto Ovo mexido Abobrinha refogada
<b>13:00</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>14:30</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>16:00</b>	Beterraba ralada Arroz e feijão Picado de frango	Repolho Arroz e feijão Torta de frango com milho	Couve Arroz e feijão Almôndega caseira	Acelga Arroz e feijão Picado de carne com cenoura	Salada mista Arroz e feijão Isca de frango

*Crianças com alergias e/ou intolerâncias alimentares terão alimentação diferenciada de acordo com a necessidade.*

*A introdução alimentar é realizada respeitando a liberação dos alimentos, feita pelo pediatra de cada criança - os alimentos devem ser oferecidos em casa, antes da oferta pela escola.*

*Frutas e legumes poderão sofrer alterações caso não estejam disponíveis ou com a qualidade esperada na data prevista para uso.*

*Crianças em adaptação para o K1 recebem a alimentação do cardápio do K1 (conforme alimentos liberados).*

*Nutricionista: Carolina Sabbag Maziero – CRN3 28093 – [nutricao@cycleschool.com.br](mailto:nutricao@cycleschool.com.br)*

# Cardápio - 03 a 07 de fevereiro

## Berçário

	<b>03 Segunda</b>	<b>04 Terça</b>	<b>05 Quarta</b>	<b>06 Quinta</b>	<b>07 Sexta</b>
<b>09:00</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>11:00</b>	Acelga com cenoura Arroz e feijão Frango assado Macarrão ao sugo	Couve Arroz, feijão lentilha Picado de carne com cenoura	Acelga Arroz e feijão Peixe assado com batata Polenta	Cenoura ralada Arroz com cenoura ralada e feijão Estrogonofe de frango Batata assada	Repolho Arroz e feijão preto Espeto de carne e frango Abobrinha refogada
<b>13:00</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>14:30</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>16:00</b>	Brócolis Arroz e feijão Picado de frango	Arroz e feijão Lasanha a bolonhesa Abobrinha refogada	Repolho Arroz e feijão Omelete de legumes	Brócolis Arroz e feijão Isca de carne grelhada	Repolho com cenoura ralada Arroz e feijão Torta madalena

*Crianças com alergias e/ou intolerâncias alimentares terão alimentação diferenciada de acordo com a necessidade.*

*A introdução alimentar é realizada respeitando a liberação dos alimentos, feita pelo pediatra de cada criança - os alimentos devem ser oferecidos em casa, antes da oferta pela escola.*

*Frutas e legumes poderão sofrer alterações caso não estejam disponíveis ou com a qualidade esperada na data prevista para uso.*

*Crianças em adaptação para o K1 recebem a alimentação do cardápio do K1 (conforme alimentos liberados).*

*Nutricionista: Carolina Sabbag Maziero – CRN3 28093 – nutricao@cycleschool.com.br*

# Cardápio - 10 a 14 de fevereiro

## Berçário

	<b>10 Segunda</b>	<b>11 Terça</b>	<b>12 Quarta</b>	<b>13 Quinta</b>	<b>14 Sexta</b>
<b>09:00</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>11:00</b>	Repolho colorido Arroz e feijão preto Isca de frango grelhada Brócolis refogado	Brócolis Arroz, feijão e grão de bico Almôndega assada Abobrinha refogada	Couve Arroz Feijoada Kids Farofa de acelga	Acelga Arroz e feijão Carne moída com brócolis Macarrão ao molho branco	Repolho Beterraba ralada Arroz e feijão Yakissoba misto (carne, frango e legumes)
<b>13:00</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>14:30</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>16:00</b>	Repolho com beterraba Arroz e feijão Escondidinho de frango	Acelga com cenoura ralada Arroz e feijão Ovo mexido	Couve Arroz e feijão Carne moída com brócolis	Acelga com pepino Arroz e feijão Isca de frango com cenoura	Repolho Arroz e feijão Picado de carne

*Crianças com alergias e/ou intolerâncias alimentares terão alimentação diferenciada de acordo com a necessidade.  
A introdução alimentar é realizada respeitando a liberação dos alimentos, feita pelo pediatra de cada criança - os alimentos devem ser oferecidos em casa, antes da oferta pela escola.  
Frutas e legumes poderão sofrer alterações caso não estejam disponíveis ou com a qualidade esperada na data prevista para uso.  
Crianças em adaptação para o K1 recebem a alimentação do cardápio do K1 (conforme alimentos liberados).  
Nutricionista: Carolina Sabbag Maziero – CRN3 28093 – nutricao@cycleschool.com.br*

# Cardápio - 17 a 21 de fevereiro

## Berçário

	<b>17 Segunda</b>	<b>18 Terça</b>	<b>19 Quarta</b>	<b>20 Quinta</b>	<b>21 Sexta</b>
<b>09:00</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>11:00</b>	Repolho Beterraba ralada Arroz e feijão Panqueca de carne e frango	Pepino Arroz e feijão Carne moída com cenoura Abobrinha refogada	Couve Arroz e feijão preto Peixe empanado Purê de abóbora	Alface Arroz, feijão e feijão branco Kibe de forno Macarrão ao molho branco	Acelga Cenoura ralada Arroz com brócolis e feijão Ovos mexidos Cenoura refogada
<b>13:00</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>14:30</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>16:00</b>	Repolho com beterraba Arroz e feijão Frango com abobrinha	Alface Arroz e feijão Isca de frango grelhada	Repolho com cenoura ralada Arroz e feijão Carne moída com milho	Alface Arroz e feijão Almôndega assada	Acelga com cenoura ralada Arroz e feijão Isca de frango ao molho

*Crianças com alergias e/ou intolerâncias alimentares terão alimentação diferenciada de acordo com a necessidade.  
A introdução alimentar é realizada respeitando a liberação dos alimentos, feita pelo pediatra de cada criança - os alimentos devem ser oferecidos em casa, antes da oferta pela escola.*

*Frutas e legumes poderão sofrer alterações caso não estejam disponíveis ou com a qualidade esperada na data prevista para uso.*

*Crianças em adaptação para o K1 recebem a alimentação do cardápio do K1 (conforme alimentos liberados).*

*Nutricionista: Carolina Sabbag Maziero – CRN3 28093 – nutricion@cycleschool.com.br*

# Cardápio - 24 a 28 de fevereiro

## Berçário

	<b>24 Segunda</b>	<b>25 Terça</b>	<b>26 Quarta</b>	<b>27 Quinta</b>	<b>28 Sexta</b>
<b>09:00</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>11:00</b>	Repolho Beterraba ralada Arroz e feijão Carne assada Brócolis refogado	Acelga Arroz, feijão e lentilha Isca de frango empanada Abobrinha refogada	Couve Arroz Feijoada Kids Farofa de acelga	<b>ALMOÇO TEMÁTICO</b>	Legumes Arroz e feijão Carne moída com cenoura
<b>13:00</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>14:30</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>16:00</b>	Repolho com cenoura ralada Arroz e feijão Isca de frango	Acelga com beterraba Arroz e feijão Ovo mexido	Couve Arroz e feijão Carne moída com brócolis	Alface com cenoura ralada Arroz e feijão Torta de frango com milho	Alface com pepino Arroz e feijão Picado de carne

*Crianças com alergias e/ou intolerâncias alimentares terão alimentação diferenciada de acordo com a necessidade.  
A introdução alimentar é realizada respeitando a liberação dos alimentos, feita pelo pediatra de cada criança - os alimentos devem ser oferecidos em casa, antes da oferta pela escola.*

*Frutas e legumes poderão sofrer alterações caso não estejam disponíveis ou com a qualidade esperada na data prevista para uso.*

*Crianças em adaptação para o K1 recebem a alimentação do cardápio do K1 (conforme alimentos liberados).*

*Nutricionista: Carolina Sabbag Maziero – CRN3 28093 – nutricao@cycleschool.com.br*