

Cardápio - 03 a 07 de novembro

Berçário

	03 Segunda	04 Terça	05 Quarta	06 Quinta	07 Sexta
09:00	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	
11:00	Repolho Cenoura ralada Salada de lentilha Arroz e feijão Estrogonofe de frango Batata assada	Acelga Tomate Tabule Arroz e feijão Quibe de forno Macarrão ao molho branco	Couve Pepino Vinagrete Arroz Feijoada Kids Farofa de acelga	Alface Beterraba ralada Salada de grão de bico Arroz e feijão Peixe empanado Abobrinha refogada	NÃO HAVERÁ AULA
13:00	Leite	Leite	Leite	Leite	
14:30	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	
16:00	Acelga com tomate Arroz e feijão Picado de carne	Repolho com cenoura Arroz e feijão Isca de frango com milho	Couve com tomate Arroz e feijão Picado de frango com legumes	Alface com beterraba Arroz e feijão Isca de carne grelhada	

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 novembro

Berçário

	10 Segunda	11 Terça	12 Quarta	13 Quinta	14 Sexta
09:00	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta
11:00	Alface Brócolis Pepino Arroz e feijão Carne moída com milho Macarrão ao sugo	Couve Pepino Vinagrete Arroz e feijão preto Isca de frango empanada Abobrinha refogada	Couve Tomate Vinagrete Arroz Feijoadinha Kids Farofa de cenoura	Acelga Maionese Couve flor Arroz, feijão e feijão branco Vaca atolada	Repolho colorido Cenoura ralada Tabule Arroz e feijão Peixe empanado Polenta mole
13:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
14:30	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta
16:00	Acelga com tomate Arroz e feijão Quibe de forno	Couve com cenoura Arroz e feijão Frango desfiado	Couve com tomate Arroz e feijão Ovos mexidos	Acelga com tomate Arroz e feijão Carne de panela com batata	Salada mista Arroz e feijão Isca de frango grelhada

*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 - 17 a 21 de novembro

Berçário

	17 Segunda	18 Terça	19 Quarta	20 Quinta	21 Sexta
09:00	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta		
11:00	Alface Tomate Salada de lentilha Arroz e feijão Fricassê de frango com milho Abobrinha refogada	Acelga Cenoura ralada Tabule Arroz e feijão Estrogonofe de carne Batata assada	Alface Beterraba ralada Maionese Arroz e feijão Frango assado Macarrão alho e óleo	FERIADO	FERIADO
13:00	Leite	Leite	Leite		
14:30	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta		
16:00	Alface com tomate Arroz e feijão Omelete de legumes	Acelga com pepino Arroz e feijão Peixe assado	Alface com beterraba 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 - 24 a 28 de novembro

Berçário

	24 Segunda	25 Terça	26 Quarta	27 Quinta	28 Sexta
09:00	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta
11:00	Alface Pepino Salada de vagem Arroz e feijão preto Carne moída com milho Macarrão ao molho branco	Acelga Beterraba ralada Tabule Arroz e feijão Isca de frango grelhada Abobrinha refogada	Couve Tomate Vinagrete Arroz Feijoada Kids Farofa de acelga	Almoço temático - Thanksgiving	Alface Cenoura ralada Salada de grão de bico Arroz e Feijão Carne assada Creme de milho
13:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
14:30	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta	Pão/bolo/biscoito caseiro Fruta
16:00	Alface com beterraba Arroz e feijão Estrogonofe de frango	Pepino Arroz e feijão Peixe assado	Couve com tomate Arroz e feijão Picado de carne com legumes	Acelga com pepino Arroz e feijão Ovo mexido	Repolho com tomate Arroz e feijão Picado de frango com legumes

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