



Cardápio - 02 a 06 de fevereiro

Berçário

DIAS DA SEMANA	2 SEGUNDA	3 TERÇA	4 QUARTA	5 QUINTA	6 SEXTA
Snack da manhã - 9h00					
LANCHE	Frutas e Pão caseiro ou bolo caseiro ou biscoito de polvilho				
Almoço - 11h00					
SALADAS	Acelga Cenoura ralada Couve flor	Alface Tomate Salada de lentilha	Couve refogada Vinagrete	Alface Brocolis Tabule	Repolho colorido Beterraba ralada Salada de macarrão
PRATO BASE	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto
PRATO PRINCIPAL	Frango à parmegiana	Peixe empanado	Feijoada Kids	Frango assado	Isca de carne grelhada
ACOMPANHAMENTO	Macarrão alho e óleo Legumes refogados	Brocolis refogado Legumes refogados	Farofa de acelga Legumes refogados	Beterraba em cubos Legumes refogados	Vagem refogada Legumes refogados
Leite - 13h30					
Snack da tarde - 14h00					
LANCHE	Frutas e Pão caseiro ou bolo caseiro ou biscoito de polvilho				
Jantar - 16h30					
PRATO BASE	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão carioca
PRATO PRINCIPAL	Isca de frango grelhada	Estrogonofe de carne	Frango desfiado com cenoura	Peixe grelhado	Picado de carne
ACOMPANHAMENTO	Legumes cozidos	Legumes cozidos	Legumes cozidos	Legumes cozidos	Legumes cozidos

Alunos com alergias e intolerâncias diagnosticadas terão alimentação diferenciada de acordo com a necessidade.

A alimentação do berçário até um ano de idade é totalmente sem sal. Durante todo o período do berçário não é oferecido açúcar e leite de vaca (exceto as fórmulas enviadas de casa).

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.

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