

Cardápio - 02 a 06 de março

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	Repolho colorido Beterraba ralada Salada de grão de bico	Alface Tomate Brócolis com milho	Couve Cenoura ralada Vinagrete	Alface Pepino Maionese	Acelga Couve flor Salada de vagem
PRATO BASE	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão carioca
PRATO PRINCIPAL	Frango empanado	Rocambole de carne	Feijoada Kids	Peixe empanado	Estrogonofe de frango
ACOMPANHAMENTO	Purê de batata Legumes cozidos	Macarrão ao sugo Legumes cozidos	Farofa de acelga Legumes cozidos	Polenta mole Legumes cozidos	Batata assada Legumes cozidos
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	Picado de carne com batata	Carne moída com brócolis	Isca de frango grelhada com tomate	Picado de carne com legumes	Peixe ensopado
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