

Cardápio - 31 de agosto a 04 de setembro

Berçário

DIAS DA SEMANA		31	SEGUNDA	1	TERÇA	2	QUARTA	3	QUINTA	4	SEXTA
Snack da manhã - 9h00											
LANCHE		Frutas e Pão caseiro ou bolo caseiro ou biscoito de polvilho									
Almoço - 11h00											
SALADAS	Acelga Tomate Tabule		Alface Pepino Salada de maionese		Couve Cenoura ralada Vinagrete		Alface Beterraba ralada Salada de grão de bico		Acelga Cenoura ralada Sonomono		
	PRATO BASE		Arroz e feijão preto		Arroz e feijão carioca		Arroz e feijão preto		Arroz e feijão carioca		
PRATO PRINCIPAL		Escondidinho de frango		Filé de pescada empanado no fubá		Feijoada Kids		Lasanha à bolonhesa		Frango xadrez	
ACOMPANHAMENTO		Brocolis no vapor Legumes cozidos		Beterraba em cubos Legumes cozidos		Farofa rica (cenoura e milho) Legumes cozidos		Panachê de legumes Legumes cozidos		Yakissoba de legumes 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		Carne moída com brócolis		Picado de carne com legumes		Frango cremoso		Isca de peixe empanado		Isca de frango grelhada	
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