

Cardápio Infantil – Fevereiro de 2021

Data		01	02	03	04	05
Dia da semana		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Prato base	Arroz parboilizado Feijão carioca	Macarrão ao molho bechamel	Arroz branco Feijão preto	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco
	Prato principal	Carne louquinha	Ovo mexido com cenoura	Carne moída com abóbora	Hamburguinho caseiro de frango	Estrogonofe natural de carne
	Acompanhamento	Salada de couve manteiga	Repolho refogado	Farofinha de agrião	Salada de beterraba com salsa	Batata gratinada
	Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Gelatina natural de manga	Fruta
	Bebida	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral
Lanche da tarde		Torradinha de pão de forma	Biscoito integral de cacau e cereais	Bolo integral de banana	Pão de queijo	Biscoito integral de leite e mel
		Suco de morango	Água de coco natural	Chá de camomila	Suco de limão	Suco de melancia
		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Prato base	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Ervilha cozida	Macarrão ao molho bolonhesa	Arroz integral Feijão carioca
	Prato principal	Frango assado	Escondidinho de carne	Frango xadrez		Barquinhas de ovo com azeite e orégano
	Acompanhamento	Purê de mandioquinha com cenoura	Salada de escarola	Acelga salteada	Salada de rúcula	Abobrinha sauté
	Sobremesa	Fruta	Gelatina natural de morango	Fruta	Fruta	Fruta
	Bebida	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral

www.nutricaooglobal.com.br

O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e qualidade dos alimentos.

Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, alho, tomate, óleo de girassol, salsa e outras ervas aromáticas. As refeições são preparadas com pouco sal e não são utilizados nenhum tempero pronto artificial.

Cardápio elaborado pela Nutrição Global em parceria com a escola Pat Way

Cardápio Infantil – Fevereiro de 2021

Data		08	09	10	11	12
Dia da semana		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Prato base	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Lentilha cozida	Arroz branco Feijão carioca	Macarrão ao molho bolonhesa	Arroz branco Purê de grão de bico
	Prato principal	Sobrecoxa ao molho	Kibe assado	Ovo mexido com tomate		Peixe ensopado
	Acompanhamento	Salada de acelga com cenoura	Couve manteiga salteada	Espinafre ao alho e óleo	Salada de rúcula com tomatinho	Salada de alface americana
	Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Gelatina natural de maracujá
	Bebida	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral
Lanche da tarde		Biscoito maisena	Pão caseiro de cenoura	Bolo integral de beterraba	Biscoito de polvilho	Torta de legumes integral
		iogurte de frutas	Suco de melão	Chá de erva- cidreira	Suco de uva	Suco de laranja
		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Prato base	Arroz parboilizado Feijão carioca	Macarrão ao sugo	Arroz branco Feijão preto	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão carioca
	Prato principal	Omelete simples	Franguinho cozido	Carne de panela	Frango assado	Hamburguinho de carne caseiro
	Acompanhamento	Abobrinha sauteé	Salada de brócolis	Escarola salteada	Repolho refogado	Batatinha doce palito assada
	Sobremesa	Fruta	Gelatina natural de uva	Fruta	Fruta	Fruta
	Bebida	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral

www.nutricaooglobal.com.br

O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e qualidade dos alimentos.

Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, alho, tomate, óleo de girassol, salsa e outras ervas aromáticas. As refeições são preparadas com pouco sal e não são utilizados nenhum tempero pronto artificial.

Cardápio elaborado pela Nutrição Global em parceria com a escola Pat Way

Cardápio Infantil – Fevereiro de 2021

Data		15	16	17	18	19
Dia da semana		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Prato base	Macarrão à bolonhesa	Arroz Branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão preto	Arroz branco Feijão carioca	Arroz integral Feijão carioca
	Prato principal		Fricassé de frango	Carne moída com vagem	Ovo mexido com abobrinha	Carne de panela
	Acompanhamento	Batata corada assada Salada de repolho	Salada de alface mimosa	Purê de batata doce com cenoura	Couve-flor sauté	Couve manteiga refogada
	Sobremesa	Fruta	Gelatina natural de morango	Fruta	Fruta	Fruta
	Bebida	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral
Lanche da tarde		Queijo branco com tomatinho	Bolo integral de cenoura	Pão de queijo	Pão de forma com geleia	Biscoito integral de cacau e cereais
		Suco de morango	Suco de limão	Suco de maracujá	Chá de hortelã	Smoothie de banana
		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Prato base	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Creme de ervilha	Arroz branco Feijão carioca	Macarrão com milho na manteiga	Arroz branco
	Prato principal	Frango desfiado	Barquinhas de ovos cozidos	Franguinho ensopado	Tirinhas de carne ao molho bechamel	Estrogonofe natural de frango
	Acompanhamento	Creme de couve-flor	Salada de acelga com beterraba	Salada de rúcula	Brócolis sauté	Salada de agrião e cenoura
	Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Gelatina natural de manga	Fruta
	Bebida	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral

O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e qualidade dos alimentos.

Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, alho, tomate, óleo de girassol, salsa e outras ervas aromáticas. As refeições são preparadas com pouco sal e não são utilizados nenhum tempero pronto artificial.

Cardápio elaborado pela Nutrição Global em parceria com a escola Pat Way

Cardápio Infantil – Fevereiro de 2021

Data		22	23	24	25	26
Dia da semana		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Prato base	Arroz parboilizado Feijão carioca	Macarrão ao molho sugo	Arroz branco Feijão preto	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão carioca
	Prato principal	Picadinho de carne	Frango assado	Carne assada com tomate	Sobrecoxa acebolada	Carne moída com abobrinha
	Acompanhamento	Salada de tomate com salsa	Salada de alface crespa	Farofinha de rúcula	Salada de acelga	Mix de folhas
	Sobremesa	Fruta	Gelatina natural de morango	Fruta	Fruta	Fruta
	Bebida	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral
Lanche da tarde		Biscoito maisena	Pão caseiro integral com manteiga	Bolo integral de milho	Biscoito integral leite e cereais	Pão de queijo
		iogurte de frutas	Suco de melão	Chá de erva-doce	Suco de goiaba	Suco de limão
		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Prato base	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão carioca	Macarrão ao alho e óleo	Arroz branco Ervilha cozida
	Prato principal	Omelete de forno com abóbora	Rocambole de carne	Frango cozido com chuchu	Carne ao sugo	Peixe assado com tomate
	Acompanhamento	Acelga salteada	Salada de escarola	Salada de repolho roxo	Couve-flor refogada	Espinafre sauté
	Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Gelatina de natural de uva
	Bebida	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral

www.nutricaooglobal.com.br

O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e qualidade dos alimentos.

Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, alho, tomate, óleo de girassol, salsa e outras ervas aromáticas. As refeições são preparadas com pouco sal e não são utilizados nenhum tempero pronto artificial.

Cardápio elaborado pela Nutrição Global em parceria com a escola Pat Way

Cardápio Infantil – Fevereiro de 2021