

# Cardápio Infantil – Junho de 2021

Data	Semana 1		01	02	03	04
Dia da semana		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da manhã			Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Prato base		Macarrão ao molho bechamel	Arroz branco	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão carioca
	Prato principal		Tirinhas de frango acebolado	Estrogonofe de carne natural	Omelete com abóbora	Rocambolo de carne com chuchu
	Acompanhamento		Alface lisa e cenoura	Agrião Batata sauté	Rúcula	Tomate e salsa
	Sobremesa		Fruta	Gelatina natural de morango	Fruta	Fruta
	Bebida		Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral
Lanche da tarde			Bolo integral de maçã com canela	Pão de forma com geleia	Mingau de aveia	Casquinha de pão sírio
			Chá de erva-doce	Suco de laranja	Chá de camomila	Suco de melão
			Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Prato base		Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão carioca	Macarrão à bolonhesa	Sopa canja Croutons
	Prato principal		Ovo cozido com azeite e orégano	Frango louquinho com batata		Ou
	Acompanhamento		Rúcula	Farofinha de espinafre	Abobrinha Acelga	Risotinho de legumes com frango
	Sobremesa		Gelatina natural de abacaxi	Fruta	Gelatina natural de limão	Fruta
	Bebida		Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral

[www.nutricaooglobal.com.br](http://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 – Junho de 2021

Data	Semana 2	07	08	09	10	11
Dia da semana		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>Lanche da manhã</b>		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Almoço</b>	<b>Prato base</b>	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão preto	Arroz branco Feijão carioca	Macarrão a primavera (Milho, cenoura e ervilha)
	<b>Prato principal</b>	Cubos de frango cozidos com mandioca	Escondidinho de batata com carne	Omelete com rosti de batata	Kibe assado	Frango ensopado
	<b>Acompanhamento</b>	Almeirão	Alface crespa roxa	Couve manteiga	Pepino e tomate	Repolho
	<b>Sobremesa</b>	Fruta	Fruta	Gelatina natural de uva	Fruta	Gelatina natural de manga
	<b>Bebida</b>	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral
<b>Lanche da tarde</b>		Bolo integral de cacau	Biscoito de polvilho	Pão caseiro de cenoura	Biscoito integral de morango	Torta de espinafre
		Chá de hortelã	Suco de melancia	Smoothie de banana	Chá de cidreira	Suco de goiaba
		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Jantar</b>	<b>Prato base</b>	Arroz branco Feijão carioca	Sopa de macarrão com legumes (vagem, chuchu e cenoura) e frango	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão carioca	Caldo de mandioquinha com carne  Ou Arroz com mandioquinha e carne
	<b>Prato principal</b>	Ovo mexido com tomate		Hamburguinho de carne	Sobrecoxa assada com batata doce em palito	
	<b>Acompanhamento</b>	Acelga refogada	Ou Macarrão a primavera com frango	Beterraba e alface mimosa	Almeirão	
	<b>Sobremesa</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Gelatina natural de limão	Fruta
	<b>Bebida</b>	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral

[www.nutricaooglobal.com.br](http://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 – Junho de 2021

Data	Semana 3	14	15	16	17	18
Dia da semana		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>Lanche da manhã</b>		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Almoço</b>	<b>Prato base</b>	Macarrão ao sugo	Arroz Branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão carioca	Arroz integral Feijão carioca
	<b>Prato principal</b>	Almôndega de carne	Rocambole de frango com cenoura	Carne de panela com mandioca	Barquinha de ovos cozidos ao pomodoro	Carne em tiras
	<b>Acompanhamento</b>	Mandioquinha sauté Repolho refogado	Rúcula	Tabule	Chuchu com salsa	Purê de cenoura Escarola
	<b>Sobremesa</b>	Fruta	Fruta	Gelatina natural de morango	Fruta	Fruta
	<b>Bebida</b>	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral
<b>Lanche da tarde</b>		Queijo branco e tomatinho	Bolo integral de fubá com erva-doce	Pão de mandioquinha	Flocos de milho	Pão de queijo
		Suco de morango	Chá de camomila	Leite com cacau	logurte	Suco de laranja
		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Jantar</b>	<b>Prato base</b>	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Lentilha	Sopa de espinafre com frango Croutons	Macarrão ao alho e óleo	Caldo de abóbora com frango
	<b>Prato principal</b>	Frango ao molho sugo	Omelete a pizzaiolo	Ou	Cubos de carne enfiados com mandioca	Ou
	<b>Acompanhamento</b>	Abobrinha refogada	Alface americana	Risotinho de espinafre com frango	Ervilha torta	Arroz com abóbora e frango
	<b>Sobremesa</b>	Fruta	Gelatina natural de manga	Fruta	Gelatina natural de limão	Fruta
	<b>Bebida</b>	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 – Junho de 2021

Data	Semana 4	21	22	23	24	25
Dia da semana		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Almoço</b>	<b>Prato base</b>	Arroz branco Feijão carioca	Macarrão ao molho sugo	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão carioca
	<b>Prato principal</b>	Carne assada	Almôndega de frango	Carne moída	Ovo mexido com abóbora	Escondidinho de mandioca com peixe
	<b>Acompanhamento</b>	Purê de batata Tomate	Alface crespa Beterraba	Purê de mandioquinha com salsa	Espinafre refogado	Acelga
	<b>Sobremesa</b>	Fruta	Gelatina natural de uva	Fruta	Gelatina natural de morango	Fruta
	<b>Bebida</b>	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral
<b>Lanche da tarde</b>		Biscoito integral de cacau	Bolo integral de milho	Torradinha com requeijão	Mingau de amido de milho com coco	Pão caseiro de abóbora
		Chá de erva- doce	Suco de melão	Suco de limão	Suco de uva	Suco de maracujá
		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Jantar</b>	<b>Prato base</b>	Arroz parboilizado Feijão carioca	Sopa de batata com brócolis e carne	Arroz branco Creme de milho	Sopa feijão com macarrão e legumes (Chuchu, cenoura e inhame)	Arroz branco
	<b>Prato principal</b>	Frango cozido com inhame		Frango em cubos		Estrogonofe de frango natural
	<b>Acompanhamento</b>	Repolho roxo	Ou Risotinho de legumes com carne	Farofinha de rúcula	Ou Macarrão na manteiga com legumes	Batata em palito assada Alface
	<b>Sobremesa</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Gelatina de natural de limão
	<b>Bebida</b>	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral	Água mineral

[www.nutricao global.com.br](http://www.nutricao global.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 – Junho de 2021

Data	Semana 5	28	29	30		
Dia da semana		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da manhã		Fruta	Fruta	Fruta		
Almoço	Prato base	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão carioca	Arroz branco Feijão carioca		
	Prato principal	Picadinho de carne com mandioca	Tirinhas de frango	Omelete de forno com queijo		
	Acompanhamento	Mix de folhas	Tomate e pepino	Brócolis refogado		
	Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta		
	Bebida	Água mineral	Água mineral	Água mineral		
Lanche da tarde		Pão de forma caseiro com manteiga  Suco de laranja  Fruta	Biscoito de leite  Chá de camomila  Fruta	Sanduíche natural  Suco de uva  Fruta		
Jantar	Prato base	Arroz branco	Caldo verde com carne moída Croutons	Arroz branco Feijão carioca		
	Prato principal	Fricassê de frango		Frango cozido		
	Acompanhamento	Beterraba cozida Acelga	Ou Risotinho de legumes com carne moída.	Abóbora assada Alface lisa		
	Sobremesa	Fruta	Fruta	Gelatina natural de abacaxi		
	Bebida	Água mineral	Água mineral	Água mineral		

[www.nutricaooglobal.com.br](http://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.