

ZARDÁPIO BERÇÁRIO I (6 MESES À 1 ANO)

25 A 28 DE MARÇO

REFEIÇÕES	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Lanche da Manhã	Bolo de cenoura Melão Água	Panqueca de banana com canela Mamão Água	Tomate grape Ovinhos cozidos Uva Água	Bolo dos aniversariantes Pêra Água	FERIADO
	Alérgicos: Bolo de cenoura com chia sem ovos	Alérgicos: Panqueca de banana ou maçã sem ovos	Alérgicos: Tomate grape com frango desfiado	Alérgicos: Bolo de cacau com maçã e uva passas sem ovos e	FERIADO
Almoço	Arroz e feijão preto Carne moída com abobrinha Repolho colorido refogado Água e fruta	Arroz integral e feijão preto Moquequinha de peixe com pimentão Salada de couve-flor Água e fruta Alérgicos: Filé de frango grelhado	Arroz e feijão preto Frango assado com batata doce Salada de cenoura e abobrinha em cubos Água e fruta	Arroz integral e feijão Carne cozida com batatas Bolinho de legumes Salada de pepino ralado Água e fruta	FERIADO
	Ovos mexidos Biscoitinho de arroz integral Banana Água	Cupcake de prestígio Maçã Água	Waffle de coco com chia Laranja Água	Bolo dos aniversariantes Melancia Água	FERIADO
Lanche da Tarde	Alérgicos: Tapioca com patê de frango	Alérgicos: Cupcake de prestígio sem ovos e banana com chia	Alérgicos: Waffle de coco sem ovos com chia hidratada	Alérgicos: Bolo de cacau com maçã e uva passas sem ovos e	FERIADO
	Arroz integral e feijão Frango cozido Purê de batata com inhame Espinafre ao alho com tomate Água e fruta	Arroz e feijão preto Carne em cubos com tomate Cenoura em cubos Chuchu ao alho Água e fruta	Creme de abóbora com cenoura, brócolis e cubos de frango Água e fruta	Arroz e feijão preto Filé de peixe grelhado Brócolis salteado no azeite Salada de beterraba cozida Água e fruta Alérgicos: Frango refogado	FERIADO

*Cardápio sujeito a alterações devido a qualidade do produto e/ou disponibilidade do fornecedor.
O cardápio é adaptado, segundo as recomendações para cada idade, da Sociedade Brasileira de Pediatria
(Até 1 ano, isento de sucos e sal e até 2 anos livre de açúcar, mel e derivados).
Ana Caroline Guimarães – Nutricionista – CRN 3: 40899*

 Rua Pandiá Calógeras, nº 205 - Jardim Esplanada - CEP 12.242-710
 (12) 3922.0063  informacoes@escolaopcaokids.com.br
 CNPJ 09.305837/0001-13

