



# CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL

## (02/11 A 30/11)

SEMANAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
02 a 06/11	<b>FERIADO</b>	Arroz integral, feijão branco, filé de frango acebolado, purê de abóbora e saladinha de escarola	Arroz branco, feijoadinha com carne seca, couve refogada, farofa de banana e vinagretinho	Macarrão integral ao molho de tomate natural, salpicão de frango e saladinha de brócolis	Arroz branco, feijão carioca, carne assada, mandioca cozida e saladinha de acelga
09 a 13/11	Arroz branco, lentilha, picadinho de carne com cará ao molho madeira e saladinha de alface americana	Arroz biro- biro, feijão branco, frango assado, suflê de cenoura e saladinha de rúcula	Arroz branco, feijão preto, quibe de carne, abóbora cozida e saladinha de repolho colorido	Lasanha de frango ao molho de tomate natural, beterraba cozida e saladinha de alface roxa	Arroz branco, feijão carioca, peixe à dorê, purê de mandioquinha e saladinha de acelga
16 a 20/11	Arroz branco, strogonoff de carne, batata assada e saladinha de alface americana	Arroz integral, feijão branco, frango em tirinhas à milanesa, cenoura cozida e saladinha de almeirão	Arroz branco, feijoadinha com carne seca, espinafre refogado, farofa de ovos e vinagretinho	Macarrão integral na manteiga, almôndegas de frango e saladinha de escarola com pepino	Arroz branco, feijão carioca, rocambole de carne recheado com queijo, creme de milho e brócolis no azeite
23 a 27/11	Arroz branco, lentilha, bolinho de frango com quinoa, purê de batata doce rosada e saladinha de almeirão	Arroz integral, feijão branco, filé à parmegiana ao forno e saladinha de repolho roxo com milho	Arroz branco, feijão preto, picadinho de frango com pimentões coloridos e saladinha de brócolis no azeite	Lasanha de carne desfiada com queijo ao molho de tomate, vagem cozida e saladinha de alface americana	Arroz branco, feijão carioca, peixe assado ao leite de coco, polenta cremosa e saladinha de tomate com cebola
30/11	Arroz branco, strogonoff de frango, batata palha e saladinha de rúcula				



Dra. *Beatriz M. Tabith*  
Nutricionista  
CRN4-34407

Cardápio desenvolvido pela NUTRIESCOLAR Assessoria Nutricional, direcionado para as crianças da Educação Infantil, presentes na Escola Higienópolis.

