



CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL

(01/08 A 31/08)

SEMANA	REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
01 A 05/08	LANCHE DA MANHÃ	Biscoitos integrais e fruta da estação	Brioche de linhaça com geleia caseira sem açúcar e fruta da estação	Milho cozido e salada de frutas com uva passa	Cookie de cacau e fruta da estação	Panqueca de banana com mix de farinhas e salada de frutas com uva passa
	ALMOÇO	Arroz roxinho, feijão carioca, hamburguinhos de soja, beterraba cozida e saladinha variada	Arroz integral, feijão branco, frango ensopado, creme de espinafre e saladinha variada	Arroz integral, feijão preto, carne assada, cenoura refogada e saladinha variada	Macarrão na manteiga, almôndegas de frango, abobrinha refogada e saladinha variada	Arroz integral, feijão carioca, bifinhos acebolados, purê de batata e saladinha variada
	LANCHE DA TARDE	Cupcake de beterraba e fruta da estação	Cuca de banana e fruta da estação	Pretzel e fruta da estação	Sanduichinho de frango louco e fruta da estação	Dadinho de tapioca e fruta da estação



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

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





CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL

(01/08 A 31/08)

SEMANA	REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
08 A 12/08	LANCHE DA MANHÃ	Biscoito de arroz com creme de minas e fruta da estação	Sanduichinho natural e fruta da estação	Bolo de maçã e fruta da estação	Torrinhas integrais com pastinha de tomate e fruta da estação	Pão de queijo com linhaça e fruta da estação
	ALMOÇO	Arroz branco, feijão preto, quibe de carne, repolho roxo refogado e saladinha colorida	Arroz branco, strogonoff de frango, chips de batata assada e saladinha variada	"Feijoadinha" com carne desfiada, arroz branco, farofinha, couve manteiga refogada e vinagretinho	Macarrão ao alho e óleo, frango cozido em pedacinhos com cenoura e saladinha variada	Arroz branco, feijão carioca, peixe empanado no forno, beterraba cozida e saladinha variada
	LANCHE DA TARDE	Pãozinho de aveia com manteiga e fruta da estação	Milho cozido e fruta da estação	Rabanada saudável e fruta da estação	Pizzinha de queijo com manjerição e fruta da estação	Nuggets de frango e fruta da estação



Dra. Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN4-34407

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





CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL

(01/08 A 31/08)

SEMANA	REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
15 A 19/08	LANCHE DA MANHÃ	Pão de queijo integral e fruta da estação	Biscoitos de abóbora e fruta da estação	Pãozinho de batata e fruta da estação	Torrinhas integrais com pastinha de cenoura e fruta da estação	Pão com manteiga na chapa e fruta da estação
	ALMOÇO	Arroz branco, lentilha, panqueca de queijo com cenoura ao molho de tomate e saladinha variada	Arroz integral, feijão carioca, escondidinho de carne, couve-flor cozida e saladinha variada	Arroz branco, tutu de feijão, ovos estalados, espinafre refogado e vinagretinho	Macarrão ao molho rosé, carne moída, ervilhas e saladinha de brócolis	Arroz branco, feijão preto, frango ao curry, vagem refogada e saladinha variada
	LANCHE DA TARDE	Bolo de laranja e fruta da estação	Pão de milho com requeijão caseiro e fruta da estação	Sanduichinho com pastinha de frango e fruta da estação	Pipoca e fruta da estação	Muffin de legumes e fruta da estação



Dra. Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN4-34407

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





CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL

(01/08 A 31/08)

SEMANA	REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
22 A 26/08	LANCHE DA MANHÃ	Pão de fermentação natural com ricota temperada e fruta da estação	Tapioca colorida com queijo branco e fruta da estação	Bolo de cenoura e fruta da estação	Magic toast com geleia sem açúcar e fruta da estação	logurte natural, granola caseira e frutas variadas da estação
	ALMOÇO	Arroz integral, feijão carioca, filé à parmegiana, chips de mandioquinha e saladinha variada	Arroz branco com cenoura, feijão branco, hamburguinhos de carne, purê de batata doce e saladinha variada	Arroz branco, feijão carioca, fricassê de frango, vagem refogada e saladinha variada	Lasanha de queijo com abobrinha e carne moída ao molho de tomate, grão de bico temperado e saladinha variada	Arroz branco, feijão rajado, peixe grelhado ao leite de coco, purê de abóbora e saladinha variada
	LANCHE DA TARDE	Milho cozido e fruta da estação	Bisnaguinha de couve manteiga tostadinha com azeite de oliva e fruta da estação	Pizzinha "portuguesinha" e fruta da estação	Broinha de fubá e fruta da estação	Fogazza de queijo e fruta da estação



Dra. Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN4-34407

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





CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL

(01/08 A 31/08)

SEMANA	REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
29 A 31/08	LANCHE DA MANHÃ	Magic toast com ricota temperada e fruta da estação	Pão integral com geleia caseira sem açúcar e fruta da estação	Cupcake de banana e fruta da estação	SETEMBRO	
	ALMOÇO	Ovos mexidos, arroz branco, feijão rajado, cenoura refogada e saladinha variada	Arroz integral, feijão carioca, iscas de carne acebolada, batata assada com alecrim e saladinha variada	Arroz branco, feijão preto, frango grelhado, creme de milho e saladinha variada		
	LANCHE DA TARDE	Bolinho de chuva assado e fruta da estação	Palitinhos grão de bico e fruta da estação	Biscoito de polvilho com chia e fruta da estação		



Dra. Beatriz M. Tabith
Nutricionista
CRN4-34407

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

