Escola Pindorama
Educação Infantil e Berçário

CARDÁPIO - MÊS DE JUNHO 2021 | EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL (ACIMA 2 ANOS)

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 31/05/2021	TERÇA-FEIRA 01/06/2021	QUARTA-FEIRA 02/06/2021	QUINTA-FEIRA 03/06/2021	SEXTA-FEIRA 04/06/2021
LANCHE DA MANHÃ 9:00	IOGURTE, BISCOITO DE LEITE, MAÇÃ	SUCO DE MARACUJÁ, SANDUICHE (PÃO BISNAGUINHA COM FRANGO DESFIADO COM MOLHO DE TOMATE), BANANA	SUCO DE CAJU, PÃO DE QUEIJO, MIX DE FRUTAS	**FERIADO**	**FERIADO**
ALMOÇO 11:00	ARROZ E FEIJÃO PRETO CARNE MOIDA POLENTA CREMOSA SALADA DE VINAGRETE	ARROZ E FEIJÃO TIRINHAS DE FRANGO ACEBOLADAS QUIBEBE SALADA DE REPOLHO	ARROZ E FEIJÃO ESCONDIDINHO DE CARNE SALADA DE ALFACE		
LANCHE DA TARDE 15:00	LIMONADA, PÃO NA CHAPA, MELÃO	LEITE COM BANANA, MORANGO E BETERRABA, BROINHA DE FUBÁ, PERA	SUCO DE UVA, KIBE ASSADO, PONKAN		
JANTAR 17:00	ARROZ E FEIJÃO ISCA DE FRANGO COZIDA COM CENOURA E MANDIOQUINHA SALADA DE PEPINO	ARROZ E FEIJÃO KIBE ASSADO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE ALFACE COM TOMATE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO COZIDO CENOURA COM VAGEM SALADA DE TOMATE E CEBOLA		

Devido a nossa preocupação com a qualidade dos produtos utilizados nosso cardápio está sujeito a alterações sem prévia comunicação.

REGISTRO ALTERAÇÃO DE CARDÁPIO: _____

_____

_____

CARDÁPIO ELABORADO POR: SARAH CAMPOS - NUTRICIONISTA CRN Nº 37281

Escola Pindorama
Educação Infantil e Berçário

CARDÁPIO - MÊS DE JUNHO 2021 | EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL (ACIMA 2 ANOS)

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 07/06/2021	TERÇA-FEIRA 08/06/2021	QUARTA-FEIRA 09/06/2021	QUINTA-FEIRA 10/06/2021	SEXTA-FEIRA 11/06/2021
LANCHE DA MANHÃ 9:00	SUCO DE ABACAXI, SANDUICHE DE CARNE COM MOLHO DE MOIDA E MOLHO DE TOMATE (PÃO FRANCÊS), MELÃO	SUCO DE MARACUJÁ, TORTA DE MILHO COM QUEIJO, BANANA	IOGURTE, TORRADA COM AZEITE, MIX DE FRUTAS	SUCO DE GOIABA, BISNAGUINHA COM CREME DE QUEIJO BRANCO, MAÇÃ	SUCO DE CAJU, BOLO DE LARANJA, MANGA
ALMOÇO 11:00	ARROZ E FEIJÃO OMELETE CHUCHU REFOGADO SALADA DE BETERRABA COM CEBOLA	FEIJÃO ALMONDEGAS ESPAGUETE AO SUGO SALADA DE ALFACE COM CENOURA RALADA	ARROZ E FEIJÃO TIRINHAS DE FRANGO CROCANTE * ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE TOMATE CEREJA	ARROZ E FEIJÃO CARNE COZIDA COM ABÓBORA SALADA DE COUVE	ARROZ FEIJOADINHA FAROFA DE ESPINAFRE SALADA DE TOMATE COM CEBOLA
LANCHE DA TARDE 15:00	IOGURTE, BISCOITO POLVILHO, MAÇÃ	LIMONADA, PÃO FRANCÊS C/ MANTEIGA, MELANCIA	SUCO DE UVA, MILHO COZIDO, PERA	IOGURTE COM CEREAL (SEM AÇÚCAR), BANANA	SUCO DE MARACUJÁ, PÃO DE CENOURA COM CREME DE QUEIJO BRANCO, MIX DE FRUTAS
JANTAR 17:00	ARROZ E FEIJÃO TIRINHAS DE CARNE ACEBOLADAS CENOURA NA SALSA SALADA DE PEPINO AO VINAGRETE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO ASSADO AO MANJERICÃO BERINJELA REFOGADA SALADA DE TOMATE CEREJA	ARROZ E FEIJÃO HAMBURGUINHO BRÓCOLIS COM CENOURA REFOGADO SALADA DE ALFACE COM TOMATE	ARROZ E FEIJÃO PRETO CARNE MOIDA BATATA ASSADA SALADA DE ALFACE COM CEBOLA	SOPA NUTRITIVA DE LEGUMES (INHAME, MANDIOQUINHA, CENOURA, CHUCHU, COUVE, FEIJÃO, E FRANGO)

Devido a nossa preocupação com a qualidade dos produtos utilizados nosso cardápio está sujeito a alterações sem prévia comunicação.

REGISTRO ALTERAÇÃO DE CARDÁPIO: _____

_____

_____

CARDÁPIO ELABORADO POR: SARAH CAMPOS - NUTRICIONISTA CRN Nº 37281

Escola Pindorama
Educação Infantil e Berçário

CARDÁPIO - MÊS DE JUNHO 2021 | EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL (ACIMA 2 ANOS)

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 14/06/2021	TERÇA-FEIRA 15/06/2021	QUARTA-FEIRA 16/06/2021	QUINTA-FEIRA 17/06/2021	SEXTA-FEIRA 18/06/2021
LANCHE DA MANHÃ 9:00	LIMONADA, PÃO NA CHAPA, MELÃO	LEITE COM BANANA, MORANGO E BETERRABA, BROINHA DE FUBÁ, PERA	SUCO DE UVA, KIBE ASSADO, PONKAN	SUCO DE GOIABA, BISNAGUINHA COM REQUEIJÃO, MANGA	IOGURTE, TORRADA DE PÃO FRANCÊS COM AZEITE, MIX DE FRUTAS
ALMOÇO 11:00	ARROZ E FEIJÃO FILÉ DE FRANGO GRELHADO ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE TOMATE	ARROZ E FEIJÃO PRETO CARNE COZIDA COM ABÓBORA E BATATA DOCE SALADA DE ALFACE COM CEBOLA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO COZIDO COUVE REFOGADA SALADA DE TOMATE COM CEBOLA	ARROZ E FEIJÃO ALMONDEGAS AO SUGO CHUCHU REFOGADO SALADA DE PEPINO AO VINAGRETE	ARROZ E FEIJÃO SOBRECOXA ASSADA DESOSSADA FAROFA NUTRITIVA SALADA DE ALFACE
LANCHE DA TARDE 15:00	SUCO DE CAJU, PÃO DE QUEIJO, MAÇÃ	SUCO DE MARACUJÁ, SANDUICHE (PÃO BISNAGUINHA COM FRANGO DESFIADO COM MOLHO DE TOMATE), BANANA	IOGURTE, BISCOITO DE LEITE, MIX DE FRUTAS	SUCO DE ABACAXI, PÃO DE CENOURA COM MANTEIGA, ABACAXI	LIMONADA, PIPOCA/ BISCOITO DE ARROZ (INFANTIL I), MELANCIA
JANTAR 17:00	ARROZ E FEIJÃO CARNE COZIDA COM MANDIOCA SALADA DE BETERRABA COZIDA	ARROZ E FEIJÃO OVOS MEXIDOS CENOURA NA SALSA SALADA DE TOMATE CEREJA	FEIJÃO CARNE MOIDA ESPAGUETE AO MOLHO DE ABOBRINHA SALADA DE ALFACE	ARROZ E FEIJÃO TIRINHAS DE FRANGO ACEBOLADAS BERINJELA REFOGADA SALADA DE CENOURA RALADA	SOPA DE ABÓBORA (MACARRÃO, ABOBORA, MANDIOQUINHA, COUVE, FEIJÃO, E CARNE)

Devido a nossa preocupação com a qualidade dos produtos utilizados nosso cardápio está sujeito a alterações sem prévia comunicação.

REGISTRO ALTERAÇÃO DE CARDÁPIO: _____

_____

_____

CARDÁPIO ELABORADO POR: SARAH CAMPOS - NUTRICIONISTA CRN Nº 37281

Escola Pindorama
Educação Infantil e Berçário

CARDÁPIO - MÊS DE JUNHO 2021 | EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL (ACIMA 2 ANOS)

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 21/06/2021	TERÇA-FEIRA 22/06/2021	QUARTA-FEIRA 23/06/2021	QUINTA-FEIRA 24/06/2021	SEXTA-FEIRA 25/06/2021
LANCHE DA MANHÃ 9:00	IOGURTE, BISCOITO POLVILHO, MAÇÃ	LIMONADA, PÃO FRANCÊS C/ MANTEIGA, MELANCIA	SUCO DE UVA, MILHO COZIDO, PERA	IOGURTE COM CEREAL (SEM AÇÚCAR), BANANA	* ANIVERSARIANTES DO MÊS BOLO DE CACAU SUCO DE MARACUJÁ, PÃO DE CENOURA COM CREME DE QUEIJO BRANCO (P/ ALUNOS INTEGRAL), MIX DE FRUTAS
ALMOÇO 11:00	ARROZ E FEIJÃO TIRINHAS DE FRANGO ACEBOLADA CHUCHU REFOGADO SALADA DE BETERRABA COZIDA	ARROZ FEIJOADINHA FAROFA NUTRITIVA * SALADA DE ALFACE	ARROZ E FEIJÃO PEIXE ASSADO COM BATATA SALADA DE ALFACE E TOMATE	ARROZ E FEIJÃO CARNE DESFIADA POLENTA CREMOSA SALADA DE PEPINO COM TOMATE	ARROZ E FEIJÃO FÍGADO ACEBOLADO ABÓBORA REFOGADA SALADA DE BETERRABA COZIDA
LANCHE DA TARDE 15:00	SUCO DE ABACAXI, SANDUICHE DE CARNE COM MOLHO DE MOIDA E MOLHO DE TOMATE (PÃO FRANCÊS), MELÃO	SUCO DE MARACUJÁ, TORTA DE MILHO COM QUEIJO, BANANA	IOGURTE, TORRADA COM AZEITE, MIX DE FRUTAS	SUCO DE GOIABA, BISNAGUINHA COM CREME DE QUEIJO BRANCO, MAÇÃ	* ANIVERSARIANTES DO MÊS BOLO DE CACAU SUCO DE CAJU, BROA DE FUBÁ (P/ ALUNOS INTEGRAL), MANGA
JANTAR 17:00	ARROZ E FEIJÃO HAMBURGUINHO CASEIRO ESPAGUETE DE ABOBRINHA SALADA DE CENOURA RALADA	ARROZ E FEIJÃO CARNE MOIDA COM LEGUMES SALADA DE COUVE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO ASSADO COUVE REFOGADA SALADA DE TOMATE COM CEBOLA	ARROZ E FEIJÃO OMELETE REPOLHO REFOGADO SALADA DE TOMATE	SOPA NUTRITIVA DE LEGUMES (INHAME, MANDIOQUINHA, CENOURA, CHUCHU, COUVE, FEIJÃO, E FRANGO)

Devido a nossa preocupação com a qualidade dos produtos utilizados nosso cardápio está sujeito a alterações sem prévia comunicação.

REGISTRO ALTERAÇÃO DE CARDÁPIO: _____

_____

_____

CARDÁPIO ELABORADO POR: SARAH CAMPOS - NUTRICIONISTA CRN Nº 37281

Escola Pindorama
Educação Infantil e Berçário

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 28/06/2021	TERÇA-FEIRA 29/06/2021	QUARTA-FEIRA 30/06/2021	QUINTA-FEIRA 01/07/2021	SEXTA-FEIRA 02/07/2021
LANCHE DA MANHÃ 9:00	SUCO DE CAJU, PÃO DE QUEIJO, MAÇÃ	SUCO DE MARACUJÁ, SANDUICHE (PÃO BISNAGUINHA COM FRANGO DESFIADO COM MOLHO DE TOMATE), BANANA	IOGURTE, BISCOITO DE LEITE, MIX DE FRUTAS	SUCO DE ABACAXI, PÃO DE CENOURA COM MANTEIGA, ABACAXI	LIMONADA, PIPOCA/ BISCOITO DE ARROZ (INFANTIL I), MELANCIA
ALMOÇO 11:00	ARROZ E FEIJÃO TIRINHAS DE CARNE ACEBOLADA CHUCHU NA SALSA SALADA DE ALFACE COM TOMATE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM CENOURA E ERVILHA SALADA DE BETERRABA COZIDA	FEIJÃO YAKISOBA (MACARRÃO, CENOURA, BRÓCOLIS, COUVE-FLOR, ACELGA, PIMENTÃO AMARELO, TOMATE E CARNE)	ARROZ E FEIJÃO CARNE DE PANELA SELETA DE LEGUMES * SALADA DE ALFACE COM CEBOLA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FRANGO ASSADO FAROFA RICA COM ESPINAFRE SALADA DE TOMATE COM CEBOLA
LANCHE DA TARDE 15:00	LIMONADA, PÃO NA CHAPA, MELÃO	LEITE COM BANANA, MORANGO E BETERRABA, BROINHA DE FUBÁ, PERA	SUCO DE UVA, KIBE ASSADO, PONKAN	SUCO DE GOIABA, BISNAGUINHA COM REQUEIJÃO, MANGA	IOGURTE, TORRADA DE PÃO FRANCÊS COM AZEITE, MIX DE FRUTAS
JANTAR 17:00	ARROZ E FEIJÃO PRETO ISCA DE FRANGO COZIDA COM TOMATE GUISADO DE MANDIOCA SALADA DE COUVE	ARROZ E FEIJÃO ALMONDEGAS ASSADAS AO SUGO POLENTA CREMOSA SALADA DE ALFACE COM PEPINO	ARROZ E FEIJÃO ROCAMBOLE DE CARNE ABOBRINHA REFOGADA SALADA VINAGRETE	ARROZ E FEIJÃO PEIXE CROCANTE ASSADO QUIBEBE SALADA DE CENOURA RALADA COM TOMATE	SOPA DE ABOBORA (MACARRÃO, ABOBORA, MANDIOQUINHA, COUVE, FEIJÃO, E CARNE)

Devido a nossa preocupação com a qualidade dos produtos utilizados nosso cardápio está sujeito a alterações sem prévia comunicação.

REGISTRO ALTERAÇÃO DE CARDÁPIO: _____

_____

_____

CARDÁPIO ELABORADO POR: SARAH CAMPOS - NUTRICIONISTA CRN Nº 37281