

CARDÁPIO 2024

FUNDAMENTAL ECOVILLE

Integral

SEMANA A

SEGUNDA-FEIRA

TERÇA-FEIRA

QUARTA-FEIRA

QUINTA-FEIRA

SEXTA-FEIRA

CAFÉ DA MANHÃ	 COMIDA	<ul style="list-style-type: none"> • pão francês com patê caseiro de frango • frutas 	<ul style="list-style-type: none"> • bolo de frutas • frutas 	<ul style="list-style-type: none"> • chineque • frutas 	<ul style="list-style-type: none"> • bolo de frutas • frutas 	<ul style="list-style-type: none"> • pão de cenoura com requeijão • frutas
	 BEBIDA	<ul style="list-style-type: none"> • chá • suco natural 	<ul style="list-style-type: none"> • chá • suco natural 	<ul style="list-style-type: none"> • chá • suco natural 	<ul style="list-style-type: none"> • chá • suco natural 	<ul style="list-style-type: none"> • chá • suco natural
ALMOÇO	 COMIDA	<ul style="list-style-type: none"> • arroz / feijão • omelete • legumes • 2 saladas • frutas - opção de proteína: ovo cozido 	<ul style="list-style-type: none"> • arroz / feijão • risoto de frango com quinoa • legumes • 2 saladas • frutas - opção de proteína: ovo cozido 	<ul style="list-style-type: none"> • arroz / feijão • macarrão com almondegas • legumes • 2 saladas • frutas - opção de proteína: ovo cozido 	<ul style="list-style-type: none"> • arroz / feijão • frango assado • legumes • 2 saladas • frutas - opção de proteína: ovo cozido 	<ul style="list-style-type: none"> • arroz / feijão • carne de panela com batatas • polenta • 2 saladas • frutas - opção de proteína: ovo cozido
	 BEBIDA	<ul style="list-style-type: none"> • chá gelado • suco natural 	<ul style="list-style-type: none"> • chá gelado • suco natural 	<ul style="list-style-type: none"> • chá gelado • suco natural 	<ul style="list-style-type: none"> • chá gelado • suco natural 	<ul style="list-style-type: none"> • chá gelado • suco natural

*OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

* O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade das verduras e legumes.

* Caso haja qualquer restrição quanto aos ingredientes oferecidos, é de responsabilidade da família trazer o alimento substituto. Ex: se intolerância à lactose, a família deverá trazer o leite especial.

* A alimentação complementar é oferecida gradativamente e de acordo com a orientação dos pais e pediatras.

CARDÁPIO 2024

FUNDAMENTAL ECOVILLE Integral

SEMANA B

SEGUNDA-FEIRA

TERÇA-FEIRA

QUARTA-FEIRA

QUINTA-FEIRA

SEXTA-FEIRA

CAFÉ DA MANHÃ

ALMOÇO

*OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

* O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade das verduras e legumes.

* Caso haja qualquer restrição quanto aos ingredientes oferecidos, é de responsabilidade da família trazer o alimento substituto. Ex.: se intolerância à lactose, a família deverá trazer o leite especial.

* A alimentação complementar é oferecida gradativamente e de acordo com a orientação dos pais e pediatras.



COMIDA

- pão francês com patê caseiro de frango
- frutas

- bolo de laranja
- frutas

- Broa de milho com patê caseiro de frios
- frutas

- bolo de fubá
- frutas

- pão de beterraba com queijo
- frutas



BEBIDA

- chá
- suco natural



COMIDA

- arroz / feijão
- carne moída
- legumes
- 2 saladas
- frutas
- opção de proteína: ovo cozido

- arroz / feijão
- frango xadrez
- legumes
- 2 saladas
- frutas
- opção de proteína: ovo cozido

- arroz / feijão
- peixe ao molho com batatas
- legumes
- 2 saladas
- frutas
- opção de proteína: ovo cozido

- arroz / feijão
- lombo assado
- polenta
- 2 saladas
- frutas
- opção de proteína: ovo cozido

- arroz / feijão
- macarrão à bolonhesa
- legumes
- 2 saladas
- frutas
- opção de proteína: ovo cozido



BEBIDA

- chá gelado
- suco natural

- chá gelado
- suco natural