

# CARDÁPIO 2025

# PRÉ 2 e PRÉ 3

## SEMANA A








### SEGUNDA-FEIRA

### TERÇA-FEIRA

### QUARTA-FEIRA

### QUINTA-FEIRA

### SEXTA-FEIRA

|               |   | SEGUNDA-FEIRA   | TERÇA-FEIRA   | QUARTA-FEIRA  | QUINTA-FEIRA  | SEXTA-FEIRA   |
|---------------|---|---|---|---|---|---|
| CAFÉ DA MANHÃ |  <b>COMIDA</b>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• batata-doce cozida em cubos</li><li>• frutas</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• maçã picada com farinha de arroz</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• banana picada com aveia</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• mamão ou abacate com quinoa</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• bolo de aveia sem açúcar</li><li>• frutas</li></ul>   |
|               |  <b>BEBIDA</b>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• chá</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• chá</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• chá</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• chá</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• chá</li></ul>   |
| ALMOÇO        |  <b>COMIDA</b>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• arroz / feijão</li><li>• omelete</li><li>• legumes</li><li>• 2 saladas</li><li>• frutas</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• arroz / feijão</li><li>• risoto de frango com quinoa</li><li>• legumes</li><li>• 2 saladas</li><li>• frutas</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• arroz / feijão</li><li>• macarrão com almondegas</li><li>• legumes</li><li>• 2 saladas</li><li>• frutas</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• arroz / feijão</li><li>• frango assado</li><li>• legumes</li><li>• 2 saladas</li><li>• frutas</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• arroz / feijão</li><li>• carne de panela com batatas</li><li>• legumes</li><li>• 2 saladas</li><li>• frutas</li></ul> |
|               |  <b>BEBIDA</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>   |
| LANCHE        |  <b>COMIDA</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• iogurte com fruta</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• frutas em cubos com germen de trigo</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• panqueca de banana</li><li>• frutas</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• cuscus</li><li>• frutas</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• salada de frutas com aveia</li></ul>  |
|               |  <b>BEBIDA</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>   |
| JANTAR        |  <b>COMIDA</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• polenta cremosa com carne</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• macarrão ao molho de frango</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• sopa de carne com legumes</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• risoto de frango</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• sopa de legumes com carne</li></ul>   |

### \*OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade das verduras e legumes, e conforme a faixa etária da criança, os refrescos do almoço e jantar serão servidos depois das refeições.

\* 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 2025

# PRÉ 2 e PRÉ 3

## SEMANA B








### SEGUNDA-FEIRA

### TERÇA-FEIRA

### QUARTA-FEIRA

### QUINTA-FEIRA

### SEXTA-FEIRA

|               | SEGUNDA-FEIRA   | TERÇA-FEIRA   | QUARTA-FEIRA   | QUINTA-FEIRA   | SEXTA-FEIRA  |
|---------------|---|---|--|--|--|
| CAFÉ DA MANHÃ |  <b>COMIDA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• batata-doce cozida em cubos</li><li>• frutas</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• maçã picada com farinha de arroz</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• banana picada com aveia</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• mamão ou abacate com quinoa</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• bolo de aveia sem açúcar</li><li>• frutas</li></ul>  |
|               |  <b>BEBIDA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• chá</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• chá</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• chá</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• chá</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• chá</li></ul>  |
| ALMOÇO        |  <b>COMIDA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• arroz / feijão</li><li>• carne moída</li><li>• legumes</li><li>• 2 saladas</li><li>• frutas</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• arroz / feijão</li><li>• frango xadrez</li><li>• legumes</li><li>• 2 saladas</li><li>• frutas</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• arroz / feijão</li><li>• peixe ao molho com batatas</li><li>• legumes</li><li>• 2 saladas</li><li>• frutas</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• arroz / feijão</li><li>• lombo assado</li><li>• polenta</li><li>• 2 saladas</li><li>• frutas</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• arroz / feijão</li><li>• macarrão à bolonhesa</li><li>• legumes</li><li>• 2 saladas</li><li>• frutas</li></ul> |
|               |  <b>BEBIDA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>  |
| LANCHE        |  <b>COMIDA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• iogurte com fruta</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• frutas em cubos com germen de trigo</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• panqueca de banana</li><li>• frutas</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• cuscus</li><li>• frutas</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• salada de frutas com aveia</li></ul>   |
|               |  <b>BEBIDA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• suco natural sem açúcar</li></ul>  |
| JANTAR        |  <b>COMIDA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• sopa de legumes com carne</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• risoto de frango</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• sopa de carne com legumes</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• macarrão ao molho de frango</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• sopa de macarrão com carne</li></ul>   |

### \*OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade das verduras e legumes, e conforme a faixa etária da criança, os refrescos do almoço e jantar serão servidos depois das refeições.

\* 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.