

# CARDÁPIO 1

## ALÉRGICOS A LEITE E OVO

(Infantil 3 ao 1º Ano)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE MANHÃ	<p>Seleção de frutas (<i>maçã e banana</i>)</p> <p>MINI CARIOCA COM CARNE MOÍDA</p> <p>Suco de cajá (sem açúcar e opcional)</p>	<p>Melancia</p> <p>Cuscuz com carne moída SEM LEITE E OVO</p> <p>Suco de caju</p>	<p>Mamão</p> <p>Dadinhos de tapioca ao forno com geleia caseira de morango SEM LEITE E OVO</p> <p>Suco de goiaba</p>	<p>Melão</p> <p>MINI CARIOCA COM CARNE DE SOL</p> <p>Suco de acerola</p>	<p>Salada de frutas (<i>uva, banana</i>)</p> <p>Tortilhas com patê de frango SEM LEITE E OVO</p> <p>Suco de maracujá</p>
ALMOÇO	<p>Frigideira de carne moída SEM OVOS</p> <p>Feijão verde com jerimum</p> <p>Arroz branco</p> <p>Macarrão integral SEM OVOS</p> <p>Salada de acelga, tomate e pepino com azeite e limão</p> <p>Sobremesa: Gomos de tangerina</p>	<p>Filé de frango na crosta de gergelim SEM LEITE E OVO</p> <p>Feijão carioca com repolho</p> <p>Arroz integral colorido</p> <p>Purê misto SEM LEITE E OVO</p> <p>Sobremesa: Pedações de goiaba</p>	<p>Carne trinchada</p> <p>Feijão carioca com couve flor</p> <p>Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco)</p> <p>Salada de cenoura com vagem cozidas</p> <p>Sobremesa: Pedações de maçã</p>	<p>Filé de peixe grelhado no aroma do maracujá SEM LEITE E OVO</p> <p>Feijão carioca com abobrinha</p> <p>Arroz branco com cenoura</p> <p>Salada de alface, tomate cereja com orégano, limão e azeite</p> <p>Sobremesa: Pedações de melancia</p>	<p>Estrogonofe de carne SEM LEITE E OVO</p> <p>Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco)</p> <p>Batata palito de forno</p> <p>Sobremesa: Pedações de manga</p>
LANCHE TARDE	<p>Mamão</p> <p>Tapiquinha SEM LEITE E OVO COM AZEITE</p> <p>Suco de acerola (sem açúcar e opcional)</p>	<p>Duo de frutas (<i>tangerina e manga</i>)</p> <p>BOLO DE FRUTAS SEM LEITE E OVO</p> <p>Suco de manga</p>	<p>Tangerina</p> <p>BISCOITINHOS SEM LEITE E OVO</p> <p>Suco de maracujá</p>	<p>Festival de frutas (<i>banana e maçã</i>) COM MEL</p> <p>PÃO SEM LEITE E OVO COM CARNE MOÍDA</p> <p>Suco de cajá</p>	<p>Melancia</p> <p>MINI CARIOCA COM PATÊ DE FRANGO SEM LEITE E SEM OVO</p> <p>Suco de caju</p>
JANTAR	<p>Tulipas de frango ao forno</p> <p>Arroz integral com brócolis</p> <p>Salada de acelga, cenoura e tomate com azeite e limão</p> <p>Sobremesa: Uvas</p>	<p>Arroz Maria Izabel integral (arroz integral com carne e vegetais)</p> <p>Sobremesa: Gelatina caseira de frutas</p>	<p>Nuggets caseiro de frango ao forno SEM LEITE E OVO</p> <p>Arroz branco</p> <p>Salada de alface com tomate cereja, azeite e limão</p> <p>Sobremesa: Gomos de laranja</p>	<p>Carne de sol com macaxeira</p> <p>Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco)</p> <p>Repolho com cenoura refogados no azeite</p> <p>Sobremesa: Pedações de mamão</p>	<p>Ensopadinho de frango com arroz e legumes</p> <p>MINI CARIOCA</p> <p>Sobremesa: Pedações de goiaba</p>

**CARDÁPIO 2**  
**ALÉRGICOS A LEITE E OVO**  
*(Infantil 3 ao 1º Ano)*

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE MANHÃ	Banana BISCOITINHOS SEM LEITE E OVO  Suco de maracujá	Uvas Mini nordestino (mini carioca com carne de sol SEM QUEIJO)  Suco de caju	Melancia BOLO SEM LEITE E OVO  Suco de manga	Mamão Tapiocinha COM AZEITE  Suco de acerola	Festival de frutas ( <i>manga e maçã</i> ) COM MEL (opcional) PIZZA SEM LEITE E SEM OVO  Suco de cajá
ALMOÇO	Íscas de frango aceboladas Feijão carioca com vagem Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco) Legumes salteados  Sobremesa: Pedações de maçã	Escondidinho de carne de sol com purê de inhame SEM LEITE E OVO Feijão preto com espinafre e linhaça Arroz branco refogado Salada de couve-flor e brócolis com orégano e azeite  Sobremesa: Banana	Nuggets caseiro de frango ao forno SEM LEITE E OVO Feijão carioca com couve Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco) Salada de brócolis com tomate, azeite e limão  Sobremesa: Pedações de goiaba	Alcatra ao molho Feijão carioca com brócolis Arroz branco com cenoura Macarrão integral SEM LEITE E OVO Salada de acelga, milho e cenoura com azeite e limão  Sobremesa: Gomos de tangerina	Tulipas de frango ao forno Feijão carioca com abóbora Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco) Purê de abóbora SEM LEITE E OVO  Sobremesa: Pedações de mamão
LANCHE TARDE	Mamão MINI CARIOCA COM CARNINHA  Suco de manga	Duo de frutas ( <i>melancia e manga</i> ) com mel de abelha (opcional) PÃO SEM LEITE E OVO com patê de frango SEM LEITE E OVO  Suco de acerola	Tangerina Cuscuz com FRANGO DESFIADO  Suco de cajá	Tartar de frutas (banana e tangerina) PÃO SEM LEITE E OVO COM PATÊ DE FRANGO SEM LEITE E OVO  Suco de maracujá	Goiaba MINI CARIOCA COM HAMBURGUER CASEIRO SEM LEITE E OVO  Suco de uva
JANTAR	Yakissoba (macarrão integral com frango e carne refogados e acebolados SEM LEITE E OVO) Arroz branco com cenoura Couve flor e brócolis  Sobremesa: Pedações de melancia	Coxinhas de frango assadas Arroz branco Purê misto SEM LEITE E OVO  Sobremesa: Pedações de melão	Estrogonofe de carne SEM LEITE E OVO Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco) Salada de pepino, acelga e tomate cereja ao azeite e orégano  Sobremesa: Pedações de maçã	Filé de peixe crocante SEM LEITE E OVO Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco) Batata palito ao forno  Sobremesa: Pedações de manga	Ensopadinho de carne com macarrão, batata, cenoura, abobrinha e couve MINI CARIOCA  Sobremesa: Gomos de tangerina

# CARDÁPIO 3

## ALÉRGICOS A LEITE E OVO

### (Infantil 3 ao 1º Ano)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE MANHÃ	Festival de frutas ( <i>manga e banana</i> ) com mel de abelha (opcional) MINI CARIOCA COM CARNINHA  <b>Suco de cajá</b>	Mamão PÃO SEM LEITE E OVO COM PATÊ DE FRANGO SEM LEITE E OVO  <b>Suco de goiaba</b>	Composição de frutas ( <i>maçã e tangerina</i> ) Bolo SEM LEITE E OVO  <b>Suco de maracujá</b>	Melancia PÃO RECHEADO SEM LEITE E OVO  <b>Suco de acerola</b>	Goiaba Galo quente (mini CARIOCA com creme de frango SEM LEITE E OVO)  <b>Suco de uva</b>
ALMOÇO	Lagarto ao molho SEM OVOS Feijão preto com espinafre e linhaça Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco) Legumes ao vapor  <b>Sobremesa: Pedaçoes de maçã</b>	Coxinhas de frango ao forno Feijão carioca com maxixe Arroz integral refogado com vagem Salada de brócolis com couve-flor  <b>Sobremesa: Uvas</b>	Carne de sol com macaxeira Feijão carioca com repolho Arroz branco Salada de acelga, tomate e milho com azeite e orégano  <b>Sobremesa: Pedaçoes de goiaba</b>	Filé de peixe crocante SEM LEITE E OVO Feijão carioca com couve flor Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco) Batata palito ao forno  <b>Sobremesa: Pedaçoes de manga</b>	Jardineira de carne moída Feijão preto com couve e linhaça Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco) Macarrão integral SEM LEITE E OVO Salada de repolho e cenoura refogadas no azeite  <b>Sobremesa: Pedaçoes de mamão</b>
LANCHE TARDE	Melancia PÃO SEM LEITE E OVO com patê de frango SEM LEITE E OVO  <b>Suco de acerola</b>	Tropical de frutas ( <i>tangerina e goiaba</i> ) Mini nordestino (mini carioca com carne de sol SEM QUEIJO)  <b>Suco de manga</b>	Manga PÃO SEM LEITE E OVO COM AZEITE  <b>Suco de caju</b>	Mamão Dadinhos de tapioca ao forno com geleia de morango caseira SEM LEITE E OVO  <b>Suco de cajá</b>	Salada de frutas ( <i>banana e manga</i> ) COM MEL (opcional) Cuscuz com carne moída  <b>Suco de maracujá</b>
JANTAR	Filé de frango na crosta de gergelim SEM LEITE E OVO Arroz branco Legumes salteados com chips de beterraba  <b>Sobremesa: Pedaçoes de mamão</b>	Almôndegas ao molho de tomate caseiro SEM LEITE E OVO Macarrão espaguete integral SEM LEITE E OVO Arroz branco Vegetais refogados no azeite  <b>Sobremesa: Pedaçoes de melancia</b>	Frango ao molho com legumes Arroz integral com cenoura Salada de alface e tomate com azeite e limão  <b>Sobremesa: Gomos de laranja</b>	Carne trinchada Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco) Purê misto SEM LEITE E OVO  <b>Sobremesa: Creme de goiaba/Pedaçoes de maçã</b>	Ensopadinho de frango com arroz integral, batata, cenoura e brócolis MINI CARIOCA  <b>Sobremesa: Uvas</b>

# CARDÁPIO 4

## ALÉRGICOS A LEITE E OVO

(Infantil 3 ao 1º Ano)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE MANHÃ	<p>Duo de frutas (banana e uvas) Mini CARIOCA COM CREME DE FRANGO SEM LEITE E OVO</p> <p><b>Suco de maracujá</b></p>	<p>Tangerina PÃO SEM LEITE E OVO de carne moída</p> <p><b>Suco de caju</b></p>	<p>Maçã Cuscuz com FRANGUINHO DESFIADO</p> <p><b>Suco de acerola</b></p>	<p>Melancia MINI CARIOCA COM carne de sol</p> <p><b>Suco de manga</b></p>	<p>Espetinho de frutas (<i>manga e maçã</i>) COM MEL (opcional) Tapioquinha com AZEITE</p> <p><b>Suco de cajá</b></p>
ALMOÇO	<p>Creme de galinha SEM LEITE E OVO Feijão carioca com abóbora Arroz branco com cenoura Macarrão integral SEM LEITE E OVO Legumes salteados</p> <p><b>Sobremesa: Pedaçoes de melancia</b></p>	<p>Bife acebolado Feijão preto com linhaça e repolho Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco) Purê misto SEM LEITE E OVO</p> <p><b>Sobremesa: Pedaçoes de goiaba</b></p>	<p>Frango ao molho com legumes Feijão carioca com espinafre Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco) Salada de alface, beterraba e milho com azeite e limão</p> <p><b>Sobremesa: Gomos de tangerina</b></p>	<p>Yakissoba (macarrão integral com frango e carne refogados e acebolados SEM LEITE E OVO) Arroz branco refogado Vegetais ao vapor</p> <p><b>Sobremesa: Pedaçoes de maçã</b></p>	<p>Coxinhas de frango ao forno Feijão carioca com chuchu Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco) Salada de tomate, pepino, acelga com azeite de oliva e limão</p> <p><b>Sobremesa: Gelatina caseira de frutas/Gomos de laranja</b></p>
LANCHE TARDE	<p>Mamão BISCOITOS SEM LEITE E OVO</p> <p><b>Suco de acerola</b></p>	<p>Seleção de frutas (<i>maçã e uvas</i>) mel de abelha (opcional) MINI CARIOCA COM PATÊ DE FRANGO SEM LEITE E OVO</p> <p><b>Suco de cajá</b></p>	<p>Melancia BOLO SEM LEITE OVO</p> <p><b>Suco de goiaba</b></p>	<p>Tartar de frutas (<i>manga e banana</i>) com aveia (opcional) PÃO RECHEADO SEM LEITE E OVO</p> <p><b>Suco de maracujá</b></p>	<p>Goiaba PIZZA SEM LEITE E OVO <b>Suco de caju</b></p>
JANTAR	<p>Ensopadinho de carne com macarrão integral SEM LEITE E OVO, mandioquinha, abóbora, chuchu e couve flor MINI CARIOCA</p> <p><b>Sobremesa: Pedaçoes de manga</b></p>	<p>Filé de peixe grelhado no aroma de maracujá Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco) Batata palito ao forno</p> <p><b>Sobremesa: Pedaçoes de maçã</b></p>	<p>Carne de sol acebolada Arroz branco Purê misto (abóbora com macaxeira) SEM LEITE E OVO</p> <p><b>Sobremesa: Gomos de laranja</b></p>	<p>Risoto de frango com arroz integral e legumes</p> <p><b>Sobremesa: Pedaçoes de melão</b></p>	<p>Mistão (carne e frango grelhados) Arroz ovelhinha (arroz integral com arroz branco) Salada de alface, tomate cereja e cenoura ao azeite</p> <p><b>Sobremesa: Pedaçoes de mamão</b></p>