



CARDÁPIO JULHO



Dia	Almoço				Sobremesa	Lanche	
	Colação	Arroz/Feijão	Prato Principal	Guarnição			Salada
1	Frutas da estação	Arroz / Feijão	Picadinho de carne com batatas		verde	creme	Pão de queijo e suco de frutas
2	Torradinhas c/ovo cozido	Feijão	Arroz carreteirinho com complementos e ovo cozido		mista	surpresa	misto quente e suco de frutas
5	Torradinhas c/ovo cozido	Arroz / Feijão cor	Carne de panela e batata assada		alface e tomate	Fruta	sanduíche e suco ou chá de abacaxi
6	Frutas da estação	Arroz/Feijão	Massinha espaguete à Bolonhesa		mista	creme	Bolo de cenoura e leite c/ complemento
7	bolacha sortida e suco	Arroz / Lentilha	Filé de peixe empanados e purê de batatas		Tomate/cenoura	gelatina	vovó sentada e iogurte
8	frutas da estação	Arroz/Feijão	Frango ao molho c/polenta		beterraba e brócolis	Fruta	pastel de forno e suco
9	cereais com leite	Arroz/Feijão	Panquecas de carne e omelete de espinafre		alface e couve-flor	surpresa	Cachorro quente e suco
12	bolacha sortida e suco	Arroz/feijão	Torta de batata recheada com guisado		cenoura cozida	Fruta	Bolo de laranja e suco de fruta
13	Frutas da estação	Arroz / Feijão cor	Massinha espaguete com bifeinhos de hambúrguer		beterraba e alface	creme	torta de legumes e suco
14	Cereais com leite	Feijão	Arroz carreteiro com complementos e farofa c/ ovo		tomate e ovo coz.	Fruta	iogurte e cueca virada
15	Frutas da estação	Arroz/feijão	Carne de panela com batata assada e farofa		cenoura e couve-flor	gelatina	bisnaguinha com complemento e nescau
16	torradinha e ovo cozido	Arroz/feijão	Bifeinhos de frango a parmegiana c/polenta		brócolis	Fruta	chocolate quente e enroladinho de salsicha
19	cereais com leite	Arroz/Feijão	Guisado c/ ovo e batata assada		alface/tomate	Fruta	Pizza caseira e suco
20	Frutas da estação	Arroz / Feijão	Almondegas com molho e macarrão		beterraba/alface	gelatina	sanduíche e chocolate quente
21	Torradinhas c/ovo cozido	Arroz / Feijão cor	Picadinho de carne e espinafre com ovo mexido		alface e cenoura	creme	torta de bolacha e suco ou chá
22	bolacha sortida e suco	Lentilha	Frango desfiado e purê de moranga		tomate/brócolis	Fruta	pão de queijo e suco de frutas
23	Frutas da estação	Arroz/feijão	Estrogonofe de carne e batatas palha		verde e cenoura	surpresa	bolo formigueiro com nescau
26	Bolachas sortidas e suco	Arroz/Feijão	Macarrão a bolonhesa e salada de batata		vagem	Fruta	pão caseiro com complemento e suco
27	Frutas da estação	Arroz / Feijão	Íscas de fígado grelhado e suflê de cenoura		brócolis e beterraba	creme	cacetinho e pasta caseira e suco
28	Cereais com leite	Arroz/ Feijão cor	Fricassê de frango e moranga refogada		alface/tomate	Fruta	cuca de mumu e leite
29	Torradinhas c/ovo cozido	Arroz/Feijão	Bolinhas de filé de peixe e purê de batatas		cenoura/ tomate	gelatina	pastel de queijo e suco
30	Frutas da estação	Arroz / Feijão cor	Polenta cremosa ao molho de coração de frango		mista	Surpresa	sanduíche e suco

ESCOLA DE EDUCAÇÃO INFANTIL PIAZITO

Nutricionista: Liliane de Bem e Canto

OBS: NA JANTA DO PIÁ 1, PIÁ 2 e PIÁ 3 SERÁ OFERECIDO O MESMO CARDÁPIO DO ALMOÇO COM UMA SALADA COZIDA.

PARA O 2º LANCHE DO PIÁ 4, 5 E 6:

2ª FEIRA NESCAU; 3ª FEIRA IOGURTE; 4ª FEIRA NESCAU; 5ª FEIRA IOGURTE ; 6ª FEIRA VITAMINA DE FRUTA.

