



CARDÁPIO PARA MATERNAL E JARDIM - TURNO INTEGRAL FEVEREIRO E MARÇO 2019

DIA DA SEMANA	CAFÉ DA MANHÃ 8h	LANCHE DA MANHÃ 9h30min	ALMOÇO Jardim 11h15min Maternal 12hs	LANCHE DA TARDE 14h15min	JANTA Jardim 16h30min Maternal 17hs
SEGUNDA-FEIRA 18/02/2019	Café com leite Biscoito Água e Sal	Maçã	Feijão Arroz Massa com molho de tomate e atum Beterraba	Lanche de recepção início letivo Suco de gelatinas coloridas Bolo de chocolate caseiro Pipoca Salgada	IGUAL AO ALMOÇO
TERÇA-FEIRA 19/02/2019	Leite com achocolatado Biscoito Maisena	Melão Gaúcho	Feijão Arroz Ovo Cozido Cenoura	Batida de banana* / *sem açúcar Bolo simples caseiro sem cobertura	IGUAL AO ALMOÇO
QUARTA-FEIRA 20/02/2019	Café com leite Cuca caseira	Abacaxi	Feijão Arroz Panqueca de frango Moranga cabotiá refogada	Leite com achocolatado (ou suco de abacaxi se sobrar) Cuca caseira	IGUAL AO ALMOÇO
QUINTA-FEIRA 21/02/2019	Leite com cacau Biscoito Leite	Melão Espanhol	Feijão Arroz Escondidinho de polenta com carne moída Repolho	Café com leite Pão caseiro com doce de leite	IGUAL AO ALMOÇO
SEXTA-FEIRA 22/02/2019	Café com leite Pão caseiro com margarina	Maçã	Feijão Risoto de frango Chuchu	Creme de amido com achocolatado gelado OU Salada de frutas com as frutas que sobraram da semana	IGUAL AO ALMOÇO



CARDÁPIO PARA MATERNAL E JARDIM - TURNO INTEGRAL FEVEREIRO E MARÇO 2019

DIA DA SEMANA	CAFÉ DA MANHÃ 8h	LANCHE DA MANHÃ 9h30min	ALMOÇO Jardim 11h15min Maternal 12hs	LANCHE DA TARDE 14h15min	JANTA Jardim 16h30min Maternal 17hs
SEGUNDA-FEIRA 25/02/2019	Café com leite Biscoito Maisena	Abacaxi	Feijão vermelho ou carioca Arroz Macarrão à Bolognesa Pepino	Leite com achocolatado Pão caseiro com chimia	IGUAL AO ALMOÇO
TERÇA-FEIRA 26/02/2019	Café com leite Pão caseiro com margarina	Ameixa	Feijão Arroz Fricassê de frango Abóbora moranga refogada	Milkshake de banana*/*/sem açúcar Bolo de milho caseiro sem cobertura *Descascar, picar e congelar a banana pela manhã *Colocar o leite para gelar com antecedência	IGUAL AO ALMOÇO
QUARTA-FEIRA 27/02/2019	Creme de amido com achocolatado gelado	Melão Gaúcho	Feijão Carreteiro Batata doce	Leite com achocolatado Biscoito de leite	IGUAL AO ALMOÇO
QUINTA-FEIRA 28/02/2019	Café com leite Biscoito Integral	Melão Espanhol	Feijão Arroz Escondidinho de polenta com frango Chuchu	Leite com cacau Cuca caseira	IGUAL AO ALMOÇO
SEXTA-FEIRA 01/03/2019	Leite com achocolatado Cuca caseira	Abacaxi	Feijão Arroz Macarrão com molho de tomate e atum Repolho Roxo	Creme de amido com achocolatado gelado OU Salada de frutas com as frutas que sobraram da semana	IGUAL AO ALMOÇO



CARDÁPIO PARA MATERNAL E JARDIM - TURNO INTEGRAL FEVEREIRO E MARÇO 2019

DIA DA SEMANA	CAFÉ DA MANHÃ 8h	LANCHE DA MANHÃ 9h30min	ALMOÇO Jardim 11h15min Maternal 12hs	LANCHE DA TARDE 14h15min	JANTA Jardim 16h30min Maternal 17hs
SEGUNDA-FEIRA 04/03/2019	CARNAVAL				
TERÇA-FEIRA 05/03/2019	CARNAVAL				
QUARTA-FEIRA 06/03/2019	CARNAVAL			Leite com cacau Biscoito Maria	Feijão Arroz Macarrão com atum
QUINTA-FEIRA 07/03/2019	Café com leite Biscoito Maisena	Creme de amido gelado	Feijão Arroz Ovo cozido ou omelete Polenta com molho vermelho	Leite com achocolatado Pão caseiro com chimia	IGUAL AO ALMOÇO
SEXTA-FEIRA 08/03/2019	Café com leite Pão caseiro com doce de leite	Laranja Pêra* *Fazer suco A TARDE se sobrar	Feijão Arroz Risoto de frango Chuchu	Leite com cacau Cuca caseira	IGUAL AO ALMOÇO



CARDÁPIO PARA MATERNAL E JARDIM - TURNO INTEGRAL FEVEREIRO E MARÇO 2019

DIA DA SEMANA	CAFÉ DA MANHÃ 8h	LANCHE DA MANHÃ 9h30min	ALMOÇO Jardim 11h15min Maternal 12hs	LANCHE DA TARDE 14h15min	JANTA Jardim 16h30min Maternal 17hs
SEGUNDA-FEIRA 11/03/2019	Café com leite Biscoito Integral	Melão Espanhol	Feijão Arroz Parboilizado Escondidinho de polenta com carne Repolho Roxo	Leite com achocolatado Pão caseiro com chimia	IGUAL AO ALMOÇO
TERÇA-FEIRA 12/03/2019	Batida de banana* *sem açúcar Bolo de milho caseiro sem cobertura	Melão Gaúcho	Feijão Arroz Panqueca de frango Beterraba	Creme de chocolate gelado (com CACAU)	IGUAL AO ALMOÇO
QUARTA-FEIRA 13/03/2019	Café com leite Pão massinha com doce de leite	Abacaxi	Feijão Carreteiro Abóbora Moranga refogada	Leite com achocolatado Bolo de simples caseiro sem cobertura	IGUAL AO ALMOÇO
QUINTA-FEIRA 14/03/2019	Leite com achocolatado Cuca pronta	Manga	Feijão Arroz Parboilizado Macarrão à Bolognesa Chuchu	Suco de Limão Sanduíche de Natural (pão integral, tomate, cenoura, alface e maionese de leite)	IGUAL AO ALMOÇO
SEXTA-FEIRA 15/03/2019	Café com leite Cuca caseira de aveia	Laranja Pêra	Feijão vermelho ou carioca Arroz Fricassê de frango Batata doce	Leite com achocolatado Bolo caseiro de maçã	IGUAL AO ALMOÇO



CARDÁPIO PARA MATERNAL E JARDIM - TURNO INTEGRAL FEVEREIRO E MARÇO 2019

DIA DA SEMANA	CAFÉ DA MANHÃ 8h	LANCHE DA MANHÃ 9h30min	ALMOÇO Jardim 11h15min Maternal 12hs	LANCHE DA TARDE 14h15min	JANTA Jardim 16h30min Maternal 17hs
SEGUNDA-FEIRA 18/03/2019	Leite com achocolatado Biscoito Água e Sal	Abacaxi	Feijão Arroz Integral Macarrão com frango desfiado Couve chinesa	Café com leite Pão caseiro de aveia com margarina	IGUAL AO ALMOÇO
TERÇA-FEIRA 19/03/2019	Leite com CACAU Bolo de cenoura caseiro sem cobertura	Melão Espanhol	Feijão Arroz Escondidinho de aipim com carne moída Couve Manteiga	Leite com achocolatado Banana	IGUAL AO ALMOÇO
QUARTA-FEIRA 20/03/2019	Leite com achocolatado Pão de forma com doce de leite	Maçã	Feijão vermelho ou carioca Arroz Strogonoff Moranga Cabotiá refogada	Salada de fruta (mamão, abacaxi, manga)	IGUAL AO ALMOÇO
QUINTA-FEIRA 21/03/2019	Suco de limão Pão caseiro de batata doce com requeijão	Laranja Pêra	Feijão Carreteiro de coração Milho verde espiga	Café com leite Bolo simples caseiro sem cobertura	IGUAL AO ALMOÇO
SEXTA-FEIRA 22/03/2019	Batida de banana* / *sem açúcar Pão massinha com margarina	Melancia	Feijão Arroz Ovo cozido Cenoura	Café com leite Bolo de laranja caseiro sem cobertura	IGUAL AO ALMOÇO



CARDÁPIO PARA MATERNAL E JARDIM - TURNO INTEGRAL FEVEREIRO E MARÇO 2019

DIA DA SEMANA	CAFÉ DA MANHÃ 8h	LANCHE DA MANHÃ 9h30min	ALMOÇO Jardim 11h15min Maternal 12hs	LANCHE DA TARDE 14h15min	JANTA Jardim 16h30min Maternal 17hs
SEGUNDA-FEIRA 25/03/2019	Café com leite Biscoito de Leite	Abacaxi	Feijão vermelho ou carioca Risoto de frango Pepino	Creme de amido com achocolatado gelado	IGUAL AO ALMOÇO
TERÇA-FEIRA 26/03/2019	Café com leite Pão caseiro integral com doce de leite	Melão espanhol	Feijão Arroz Panqueca de carne moída Repolho	Leite com achocolatado Banana*** ***reservar a quantidade para a batida de 27/03	IGUAL AO ALMOÇO
QUARTA-FEIRA 27/03/2019	Leite com cacau Pão de forma com margarina	Mamão	Feijão Carreteiro Cenoura	Batida de banana*/sem açúcar Sanduiche Natural (pão integral, tomate, cenoura, alface)	IGUAL AO ALMOÇO
QUINTA-FEIRA 28/03/2019	Leite com achocolatado Cuca pronta	Laranja Pêra	Feijão Arroz Parboilizado Escondidinho de polenta com frango Beterraba	Suco de Abacaxi Pizza caseira de queijo* *Fazer a pizza no dia do consumo	IGUAL AO ALMOÇO

OBS: As escolas que farão festa dos aniversariantes de janeiro, fevereiro e março, devem adicionar ao lanche do dia 28/03 pipoca e bolo caseiro de chocolate com recheio de doce de leite e cobertura de chocolate.

SEXTA-FEIRA 29/03/2019	Café com leite Biscoito Integral	Melão Espanhol	Feijão Arroz Integral Macarrão à Bolognesa Couve chinesa	Leite com cacau Cuca caseira	IGUAL AO ALMOÇO
-----------------------------------	-------------------------------------	----------------	---	---------------------------------	--------------------



ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
PREFEITURA MUNICIPAL DE CANOAS
Secretaria Municipal de Educação
Unidade de Alimentação Escolar

Cintia Azevedo
Cintia de Azevedo Tavares
Nutricionista
CRNº 6871

CARDÁPIO PARA MATERNAL E JARDIM - TURNO INTEGRAL FEVEREIRO E MARÇO 2019