(11) 9 6573 6765
atendimento@cantinadocolegio.com.br
(11) 2495 3775
cantinadocolegio.com.br

CARDÁPIO ESPERANTO BABY II - NOVEMBRO

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 02 DE NOVEMBRO	TERÇA-FEIRA 03 DE NOVEMBRO	QUARTA-FEIRA 04 DE NOVEMBRO	QUINTA-FEIRA 05 DE NOVEMBRO	SEXTA-FEIRA 06 DE NOVEMBRO
LANCHE DA MANHÃ	FERIADO	Suco natural Pão de leite com creme de ricota Tomate-cereja Banana com aveia	Suco natural Pão integral macio com ricota Torta de queijo branco com espinafre Abacate	Suco natural Bolo de milho caseiro Minicenoura cozida Pera	Suco natural Cuscuz Ovos mexidos Melancia
ALMOÇO	FERIADO	Arroz branco e feijão Carne de panela Abobrinha com salsa Repolho verde refogado Manga	Arroz branco e feijão Frango de panela Berinjela refogada Escarola refogada Melancia	Arroz branco e feijão Bife acebolado Abóbora salteada Couve Maçã	Arroz branco e feijão Frango assado e desfiado Beterraba refogada Repolho roxo refogado Banana
LANCHE DA TARDE	FERIADO	Suco natural Milho cozido Biscoitos de banana Mamão	Suco natural Pão de forma com patê de atum Biscoito de polvilho Banana	Suco natural Panqueca americana caseira Ovos mexidos Mamão com aveia	Suco natural Pãozinho de leite com queijo Biscoito de arroz Melão
JANTAR	FERIADO	Arroz branco e feijão Frango ao molho Abóbora refogada Beterraba em cubinhos Melancia	Arroz branco e feijão Estrogonofe de carne Batatinha cozida Acelga refogada Maçã	Arroz branco e feijão Peixe grelhado Brócolis ao vapor Vagem refogada Abacaxi	Arroz branco e feijão Filé de frango Cenoura cozida Repolho verde refogado Kiwi

Observação: A partir dos 12 meses, a consistência dos alimentos pode exigir pouca ou nenhuma modificação. As carnes devem ser bem cozidas e servidas em pedaços pequenos, adequados à mastigação da criança.

Sabores de sucos:

Abacaxi, Laranja, Maracujá, Caju, Acerola, Morango, Uva

Nutricionista
Carmen Gimenez
CRN: 46128

***SUJEITO A ALTERAÇÕES**

Ensinando desde cedo que comer bem é uma lição pra vida toda.

(11) 9 6573 6765
atendimento@cantinadocolegio.com.br
(11) 2495 3775
cantinadocolegio.com.br

CARDÁPIO ESPERANTO BABY II - NOVEMBRO

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 09 DE NOVEMBRO	TERÇA-FEIRA 10 DE NOVEMBRO	QUARTA-FEIRA 11 DE NOVEMBRO	QUINTA-FEIRA 12 DE NOVEMBRO	SEXTA-FEIRA 13 DE NOVEMBRO
LANCHE DA MANHÃ	Suco natural Bolo caseiro Queijo Minas Manga	Suco natural Pão de forma com patê de atum Biscoito de polvilho Banana	Suco natural Mini pão de queijo Omelete Pera	Suco natural Pãozinho de leite com creme de ricota Biscoito de arroz Mamão com aveia	Suco natural Pãozinho de leite com queijo Bolinho de banana caseiro Melancia
ALMOÇO	Arroz branco e feijão Frango desfiado com tomate Abóbora cozida Escarola refogada Laranja	Arroz branco e feijão Carne assada Espaguete com brócolis Cenoura cozida Melancia	Arroz branco e feijão Filé de frango com gergelim Purê de batata Brócolis cozido Maçã	Arroz branco e feijão Carne de panela com mandioca Beterraba em cubinhos Banana	Arroz branco e feijão Iscas de carne grelhadas Cenoura cozida Repolho verde refogado Pera
LANCHE DA TARDE	Suco natural Pãozinho de milho com muçarela Panqueca de cacau caseira Mamão	Suco natural Pãozinho de leite com queijo Biscoito de arroz Morango	Suco natural Milho cozido Torta de frango caseira Abacate	Suco natural Mini pão de queijo Bolo de laranja caseiro Melão	Suco natural Pãozinho de milho com creme de ricota Bolo de maçã caseiro Mamão com aveia
JANTAR	Arroz branco e feijão Filé de frango Milho refogado Repolho verde refogado Pera	Arroz branco e feijão Carne de panela Abobrinha com salsa Repolho verde refogado Banana	Arroz branco e feijão Frango de panela Berinjela refogada Escarola refogada Melancia	Arroz branco e feijão Bife acebolado Abóbora salteada Couve Maçã	Arroz branco e feijão Frango de panela Beterraba refogada Repolho roxo refogado Banana

Observação: A partir dos 12 meses, a consistência dos alimentos pode exigir pouca ou nenhuma modificação. As carnes devem ser bem cozidas e servidas em pedaços pequenos, adequados à mastigação da criança.

Nutricionista
Carmen Gimenez
CRN: 46128

***SUJEITO A ALTERAÇÕES**

Sabores de sucos:

Abacaxi, Laranja, Maracujá, Caju, Acerola, Morango, Uva

Ensinando desde cedo que comer bem é uma lição pra vida toda.

(11) 9 6573 6765
atendimento@cantinadocolegio.com.br
(11) 2495 3775
cantinadocolegio.com.br

CARDÁPIO ESPERANTO BABY II - NOVEMBRO

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 16 DE NOVEMBRO	TERÇA-FEIRA 17 DE NOVEMBRO	QUARTA-FEIRA 18 DE NOVEMBRO	QUINTA-FEIRA 19 DE NOVEMBRO	SEXTA-FEIRA 20 DE NOVEMBRO
LANCHE DA MANHÃ	Suco natural Mini pão de queijo Biscoito de polvilho Melancia	Suco natural Bolinho de maçã caseiro Minicenoura cozida Abacaxi	Suco natural Milho cozido Biscoitos de banana Melancia	Suco natural Pãozinho de milho com muçarela Panqueca de cacau caseira Mamão	FERIADO
ALMOÇO	Arroz branco e feijão Peixe à portuguesa Abóbora cozida Couve refogada Laranja	Arroz branco e feijão Frango de panela em cubos Legumes variados cozidos Repolho roxo refogado Melão	Arroz branco e feijão Filé de coxa de frango assado com Batatas Macarrão ao molho de tomate natural Vagem cozida Maçã	Arroz branco e feijão Frango desfiado com tomate e cenoura Beterraba cozida Repolho verde refogado Pera	FERIADO
LANCHE DA TARDE	Suco natural Panqueca americana caseira Bolo de laranja caseiro Pera	Suco natural Pão de leite com creme de ricota Tomate-cereja Banana com aveia	Suco natural Mini pão de queijo Omelete Manga	Suco natural Pãozinho de leite com patê de atum Tomate-cereja Banana com abacate	FERIADO
JANTAR	Arroz branco e feijão Iscas de frango grelhadas Milho refogado Espinafre refogado Maçã	Arroz branco e feijão Picadinho de carne Batata cozida Escarola refogada Pera	Arroz branco e feijão Filé de frango grelhado Purê de mandioquinha Repolho roxo refogado Laranja	Arroz branco e feijão Carne moída com batata Macarrão ao molho de tomate natural Acelga refogada Melancia	FERIADO

Observação: A partir dos 12 meses, a consistência dos alimentos pode exigir pouca ou nenhuma modificação. As carnes devem ser bem cozidas e servidas em pedaços pequenos, adequados à mastigação da criança.

Nutricionista
Carmen Gimenez
CRN: 46128

***SUJEITO A ALTERAÇÕES**

Sabores de sucos:

Abacaxi, Laranja, Maracujá, Caju, Acerola, Morango, Uva

Ensinando desde cedo que comer bem é uma lição pra vida toda.

(11) 9 6573 6765
atendimento@cantinadocolegio.com.br
(11) 2495 3775
cantinadocolegio.com.br

CARDÁPIO ESPERANTO BABY II - NOVEMBRO

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 23 DE NOVEMBRO	TERÇA-FEIRA 24 DE NOVEMBRO	QUARTA-FEIRA 25 DE NOVEMBRO	QUINTA-FEIRA 26 DE NOVEMBRO	SEXTA-FEIRA 27 DE NOVEMBRO
LANCHE DA MANHÃ	Suco natural Pão de forma com muçarela Biscoito de polvilho Pera	Suco natural Panqueca de cacau caseira Biscoito de água e sal Melancia	Suco natural Tapioca com queijo Panqueca de banana caseira Mamão	Suco natural Bolo caseiro de laranja Milho cozido Manga	Suco natural Cuscuz Omelete com queijo Banana com aveia
ALMOÇO	Arroz branco e feijão Peixe empanado Couve-flor ao alho Escarola refogada Maçã	Arroz branco e feijão Pernil assado Beterraba cozida Couve refogada Abacaxi	Arroz branco e feijão Estrogonofe de carne Batatinha refogada Cenoura cozida Pera	Arroz branco e feijão Filé de frango à pizzaiolo Espaguete ao molho de tomate natural Beterraba cozida Abacaxi	Arroz branco e feijão Carne desfiada Legumes cozidos Rúcula Melão
LANCHE DA TARDE	Suco natural Crepioca Broinha de coco caseira Mamão com aveia	Suco natural Cuscuz Ovos mexidos Banana	Suco natural Pão de forma com muçarela Pasta de ricota Morango	Suco natural Bolo caseiro de chocolate Tomate-cereja Abacate	Suco natural Bisnaguinha com muçarela Bolo de cenoura caseiro Melancia
JANTAR	Arroz branco e feijão Picadinho de carne com mandioca Vagem refogada Repolho roxo Laranja	Arroz branco e feijão Tiras de frango à moda oriental Brócolis ao vapor Escarola refogada Pera	Arroz branco e feijão Frango de panela Abóbora cozida Repolho roxo refogado Manga	Arroz branco e feijão Bife acebolado Batata rústica Acelga refogada Pera	Arroz branco e feijão Cubos de frango grelhados Macarrão com azeite Couve refogada Kiwi

Observação: A partir dos 12 meses, a consistência dos alimentos pode exigir pouca ou nenhuma modificação. As carnes devem ser bem cozidas e servidas em pedaços pequenos, adequados à mastigação da criança.

Nutricionista
Carmen Gimenez
CRN: 46128

***SUJEITO A ALTERAÇÕES**

Sabores de sucos:

Abacaxi, Laranja, Maracujá, Caju, Acerola, Morango, Uva

Ensinando desde cedo que comer bem é uma lição pra vida toda.

(11) 9 6573 6765
atendimento@cantinadocolegio.com.br
(11) 2495 3775
cantinadocolegio.com.br

CARDÁPIO ESPERANTO BABY II - NOVEMBRO

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 30 DE NOVEMBRO	TERÇA-FEIRA 01 DE DEZEMBRO	QUARTA-FEIRA 02 DE DEZEMBRO	QUINTA-FEIRA 03 DE DEZEMBRO	SEXTA-FEIRA 04 DE DEZEMBRO
LANCHE DA MANHÃ	Suco natural Bolo de milho caseiro Minicenoura cozida Pera				
ALMOÇO	Arroz branco e feijão Carne moída com batata Cenoura cozida Repolho verde refogado Pera				
LANCHE DA TARDE	Suco natural Pão de forma com patê de atum Biscoito de polvilho Banana				
JANTAR	Arroz branco e feijão Frango ao molho Abóbora refogada Beterraba em cubinhos Melancia				

Observação: A partir dos 12 meses, a consistência dos alimentos pode exigir pouca ou nenhuma modificação. As carnes devem ser bem cozidas e servidas em pedaços pequenos, adequados à mastigação da criança.

Nutricionista
Carmen Gimenez
CRN: 46128

***SUJEITO A ALTERAÇÕES**

Sabores de sucos:

Abacaxi, Laranja, Maracujá, Caju, Acerola, Morango, Uva

Ensinando desde cedo que comer bem é uma lição pra vida toda.