

Cardápio Janeiro (27 a 31 de Janeiro)

Maternal

Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Colação	Suco de Maçã	Suco de Melancia	Suco de Manga	Suco de Goiaba	Suco de Melão
Almoço	Carne moída com chuchu + purê de batata Baroa + arroz + feijão	Frango com aipim e quiabo + arroz com espinafre + feijão Cariquinha	Carne com batata e chuchu + berinjela refogada + arroz + feijão	Picadinho de Frango com batata doce + arroz com cenoura + feijão enriquecido com couve	Omelete de legumes + batata Sauté + Salada de beterraba + arroz com brócolis + lentilha
Sobremesa	Pera	Banana	Maçã	Melancia	Saladina de frutas
Lanche	Vitamina Tutti-frutti + banana com aveia	Suco de Goiaba com água de coco + Saladina de frutas com Chia	Suco de melão + pão com queijo branco	Suco de laranja + biscoito Polvilho	Suco de Melancia + Broinha de Fubá com erva doce (feito na escola)
Janta	Massinha à Bolonhesa (carne moída + cenoura e beterraba ralada e tomate) + feijão	Frango com abobrinha + batata doce + saladina de alface com tomate+ arroz + feijão	Carne com batata + couve-flor + beterraba + arroz + feijão	Frango + purê de inhame + saladina de nabo + repolho + arroz + feijão	Sopa de frango com legumes (Frango + batata + abóbora + chuchu + massinha +agrião)
Sobremesa	Melão Picadinho	Uva	Pera	Maçã	Banana

OBS: 1) No Lanche, o cereal e o leite são opcionais, ou seja, de acordo com o pediatra.



2) No Lanche, para as crianças que não comem cereal (farinha) serão oferecidos leite Permitido + fruta. As crianças que não consomem biscoitos, será oferecido fruta + leite permitido. Para as crianças que não consomem leite de vaca, o leite permitido deverá ser enviado pelos pais, com a quantidade a ser usada diariamente.

3) A consistência dos alimentos será de acordo com a idade. Para as crianças que não consomem ovo/gema/ peixe, será oferecido frango em substituição.

4) O Purê de legumes será realizado sem leite. Legumes/ Verduras e frutas sujeita a alteração, de acordo com a disponibilidade/ maturação. Papa de Frutas:
Segunda: Banana +maçã /Terça: Maçã + mamão / Quarta: Maçã + pera / Quinta: Banana + mamão



UNIDADE
Rua Alvares de Azevedo
contato@crechelepetit.com.br
(21) 3674-2297

UNIDADE
Cinco de Julho
contato2@crechelepetit.com.br
(21) 3617-4697