

CARDAPIO SEMANAL

REFEIÇÃO	SEGUNDA 04/06	TERÇA 05/06	QUARTA 06/06	QUINTA 07/06	SEXTA 08/06
COLAÇÃO	Vitamina de Leite com banana	Leite com chocolate e Biscoito de coco	Vitamina	Leite com chocolate Biscoito maisena	Vitamina de maçã com aveia Biscoito Crean Cracker
ALMOÇO	Arroz simples Feijão Carne moída com cenoura Salada de alface e tomate	Arroz simples Feijão Isca de frango Purê de morango e couve refogada e tomate	Arroz simples Feijão Carne picadinha c/inhame Alface, beterraba e tomate	Arroz simples Feijão Frango ensopado Abobrinha Italiana Salada repolho com tomate	Arroz simples Feijão Ovos mexidos com vagem e cenoura refogada Saladas de folhas e tomate
Sobremesa	Laranja	Abacaxi	Mexerica	Melancia	Maça
LANCHE DA TARDE	Frutas (banana ou maçã)	Frutas	Fruta ou suco de fruta	Frutas	Fruta
PRATO UNICO	Caldo de mandioca com carne e feijão	Sopa macarrão pai nosso com frango e legumes	Arroz temperado com legumes, feijão e carne.	Canjiquinha c/ carne e legumes	Canja de fubá com frango desfiado

CARDAPIO SEMANAL

REFEIÇÃO	SEGUNDA 11/06	TERÇA 12/06	QUARTA 13/06	QUINTA 14/06	SEXTA 15/06
COLAÇÃO	Vitamina	Leite com chocolate Biscoito maizena	Vitamina	Leite com chocolate Bolo caseiro de fubá	Vitamina de maçã
ALMOÇO	Arroz simples Feijão Carne moída com abobrinha italiana Saladas de folhas tomate	Arroz simples Feijão Estrogonofe de frango c/ cenoura Salada e beterraba	Arroz simples Feijão Carne picadinha c/batata doce e cenoura Salada de repolho e tomate	Arroz simples Feijão Carne cozida com mandioca Salada de folhas	Arroz simples Feijão Ovos mexidos, Batata ensopada, couve refogada, salada de tomate e alface.
Sobremesa	Maça	Laranja	Abacaxi	Banana	Maça
LANCHE DA TARDE	Suco de Frutas	Biscoito	Fruta	Fruta	Bolo caseiro
PRATO UNICO	Minestrone macarrão pai nosso carne moída feijão batido	Creme de inhame cenoura com isca de frango	Arroz temperado com legumes, frango desfiado e ovos	Sopa de macarrão pai nosso com carne e legumes variados	Canjiquinha c/ carne e legumes



CARDAPIO SEMANAL

REFEIÇÃO	SEGUNDA 18/06	TERÇA 19/06	QUARTA 20/06	QUINTA 21/06	SEXTA 22/06
COLAÇÃO	Vitamina de Leite	Leite com chocolate <i>Biscoito de coco</i>	Vitamina	Vitamina de maçã com aveia Biscoito Cream Cracker	Leite com chocolate Biscoito maisena
ALMOÇO	Arroz simples Feijão Carne moída com cenoura Salada de alface e tomate	Arroz simples Feijão Isca de frango Purê de moranga e couve refogada	Arroz simples Feijão Carne picadinha c/inhame Alface, beterraba e tomate.	Arroz simples Feijão Frango ensopado Abobrinha Italiana Salada repolho com tomate	Arroz simples Feijão Ovos mexidos com vagem Saladas de folhas e tomate
Sobremesa	Maça	Banana	Laranja	Abacaxi	Maça
LANCHE DA TARDE	Suco de Frutas	Biscoito	Fruta	Bolo caseiro	Salada de Fruta
PRATO UNICO	Macarrão parafuso c/ carne e cenoura	Sopa macarrão pai nosso com frango e legumes	Arroz temperado c/ carne, ovos, feijão	Canjiquinha c/ carne e legumes	Canja de fubá com frango desfiado e couve

CARDAPIO SEMANAL

REFEIÇÃO	SEGUNDA 25/06	TERÇA 26/06	QUARTA 27/06	QUINTA 28/06	SEXTA 29/06
COLAÇÃO	Vitamina	Leite com chocolate Bolo caseiro de fubá	Vitamina de Maça Biscoito Cream Cracker	Leite com chocolate Biscoito de coco	Vitamina de banana
ALMOÇO	Arroz simples Feijão Carne cozida com mandioca Salada de folha com beterraba	Arroz simples Feijão <i>Estrogonofe de frango c/ cenoura</i> Salada de alface com tomate	Arroz simples Feijão Carne picadinha c/inhame Salada de acelga com tomate	Arroz simples Feijão Carne de porco picadinha Moranga e Salada de alface com tomate	Arroz simples Feijão Ovos cozidos Batata ensopada e couve refogada e tomate com cenoura crua
Sobremesa	Maça	Banana	Maça	Banana	Maça
LANCHE DA TARDE	Vitamina de mamão com laranja	Fruta	Biscoito	Fruta	Suco
PRATO UNICO	Minestrone macarrão pai nosso carne moída feijão batido	Creme de inhame com feijão e isca de frango	Arroz temperado c/ frango, ovos, cenoura	Sopa de macarrão pai nosso com carne e legumes	Canjiquinha c/ carne e legumes



CARDAPIO SEMANAL

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	04/06	05/06	06/06	07/06	08/06
COLAÇÃO	Vitamina de Leite com banana	Leite com chocolate e Biscoito de coco	Vitamina	Leite com chocolate Biscoito maisena	Vitamina de maçã com aveia Biscoito Crean Cracker
ALMOÇO	Arroz simples Feijão Carne moída com cenoura Salada de alface e tomate	Arroz simples Feijão Isca de frango Purê de morango e couve refogada e tomate	Arroz simples Feijão Carne picadinha c/inhame Alface, beterraba e tomate	Arroz simples Feijão Frango ensopado Abobrinha Italiana Salada repolho com tomate	Arroz simples Feijão Ovos mexidos com vagem e cenoura refogada Saladas de folhas e tomate
Sobremesa	Laranja	Abacaxi	Mexerica	Melancia	Maça
LANCHE DA TARDE	Frutas (banana ou maçã)	Frutas	Fruta ou suco de fruta	Frutas	Fruta
PRATO UNICO	Caldo de mandioca com carne e feijão	Sopa macarrão pai nosso com frango e legumes	Arroz temperado com legumes, feijão e carne.	Canjiquinha c/ carne e legumes	Canja de fubá com frango desfiado

CARDAPIO SEMANAL

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	11/06	12/06	13/06	14/06	15/06
COLAÇÃO	Vitamina	Leite com chocolate Biscoito maisena	Vitamina	Leite com chocolate Bolo caseiro de fubá	Vitamina de maçã
ALMOÇO	Arroz simples Feijão Carne moída com abobrinha italiana Saladas de folhas tomate	Arroz simples Feijão Estrogonofe de frango c/ cenoura Salada e beterraba	Arroz simples Feijão Carne picadinha c/batata doce e cenoura Salada de repolho e tomate	Arroz simples Feijão Carne cozida com mandioca Salada de folhas	Arroz simples Feijão Ovos mexidos, Batata ensopada, couve refogada, salada de tomate e alface.
Sobremesa	Maça	Laranja	Abacaxi	Banana	Maça
LANCHE DA TARDE	Suco de Frutas	Biscoito	Fruta	Fruta	Bolo caseiro
PRATO UNICO	Minestrone macarrão pai nosso carne moída feijão batido	Crema de inhame cenoura com isca de frango	Arroz temperado com legumes, frango desfiado e ovos	Sopa de macarrão pai nosso com carne e legumes variados	Canjiquinha c/ carne e legumes



CARDAPIO SEMANAL BERÇARIO

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	18/06	19/06	20/06	21/06	22/06
COLAÇÃO	Banana	Maça	Mamão	Pêra	Maça
ALMOÇO	Papinha de arroz, feijão, carne, inhame, cenoura,	Papinha de macarrão feijão, frango, aboboramoranga, couve.	Papinha de fubá com carne, feijão, abobrinha italiana, cenoura e espinafre.	Papinha de arroz, feijão, frango, batata, cenoura e couve.	Papinha de macarrão com carne, feijão, vagem, abobora e chuchu.
LANCHE DA TARDE	Leite	Suco de laranja	Leite	Suco de laranja com mamão	Vitamina de maçã
PRATO UNICO	Sopinha de legumes com massinha e músculo moído	Canjinha com frango	Massinha, caldinho de feijão carioca c/ legumes carne moída.	Sopinha de legumes com músculo moído e massinha	Canja de fubá com frango e legumes

CARDAPIO SEMANAL BERÇARIO

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	25/06	26/06	27/06	28/06	29/06
COLAÇÃO	Banana	Maça	Mamão	Pêra	Maça
ALMOÇO	Papinha de arroz, feijão, carne, batata, cenoura	Papinha de macarrão feijão, frango, abobora chuchu, couve.	Papinha de fubá com carne, feijão, abobrinha italiana, cenoura	Papinha de arroz, frango, batata, abobrinha.	Papinha de macarrão com carne, feijão, vagem, abobora e chuchu.
LANCHE DA TARDE	Leite	Suco de laranja	Leite	Suco de laranja	Leite
PRATO UNICO	Sopinha de legumes com massinha e músculo moído	Canjinha com frango	Massinha, caldinho de feijão c/ legumes carne moída.	Sopinha de legumes com músculo moído e massinha	Canja de fubá com frango e legumes

ETA

CARDAPIO SEMANAL BERÇARIO

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	02/07	03/07	04/07	05/07	06/07
COLAÇÃO	Banana	Maça	Mamão	Pêra	Maça
ALMOÇO	Papinha de arroz, feijão, carne, batata, cenoura.	Papinha de macarrão feijão, frango, abobora morangae couve.	Papinha de fubá com carne, feijão e batata, acelga.	Papinha de arroz, feijão frango, chuchu, inhame abobrinha.	Papinha de macarrão, feijão vagem carne, abobora e chuchu.
LANCHE DA TARDE	Leite	Suco de laranja	Vitamina de banana	Suco de laranja com mamão	Leite
PRATO UNICO	Sopinha de legumes com massinha e carne moída	Canjinha com frango	Massinha, caldinho de feijão carioca c/ legumes carne moída.	Sopinha de legumes com carne moída e massinha	Canja de fubá com frango e legumes

CARDAPIO SEMANAL BERÇARIO

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	09/07	10/07	11/07	12/07	13/07
COLAÇÃO	Banana	Maça	Mamão	Pêra	Maça
ALMOÇO	Papinha de arroz, feijão, carne, batata, cenoura e espinafre.	Papinha de macarrão feijão, frango, batata doce e couve.	Papinha de fubá com carne, feijão, cenoura e acelga.	Papinha de arroz, feijão frango, inhame e abobrinha.	Papinha de macarrão com carne, feijão, vagem, abobora e chuchu.
LANCHE DA TARDE	Suco de Laranja e mamão	Vitamina de Banana	Leite	Suco de abacaxi	Leite
PRATO UNICO	Sopinha de legumes com massinha e músculo moído	Canjinha com frango	Massinha, caldinho de feijão carioca c/ legumes carne moída.	Sopinha de legumes com músculo moído e massinha	Canja de fubá com frango e legumes

CARDAPIO SEMANAL

REFEIÇÃO	SEGUNDA 02/07	TERÇA 03/07	QUARTA 04/07	QUINTA 05/07	SEXTA 06/07
COLAÇÃO	Vitamina de Leite com banana	Leite com chocolate e Biscoito de coco	Vitamina	Leite com chocolate Biscoito maisena	Vitamina de maçã com aveia Biscoito Crean Cracker
ALMOÇO	Arroz simples Feijão Carne moída com cenoura Salada de alface e tomate	Arroz simples Feijão Isca de frango Purê de morangae couve refogada e tomate	Arroz simples Feijão Carne picadinha c/inhame Alface, beterraba e tomate	Arroz simples Feijão Frango ensopado Abobrinha Italiana Salada repolho com tomate	Arroz simples Feijão Ovos mexidos com vagem e cenoura refogada Saladas de folhas e tomate
Sobremesa	Laranja	Abacaxi	Mexerica	Melancia	Maça
LANCHE DA TARDE	Frutas (banana ou maçã)	Frutas	Fruta ou suco de fruta	Frutas	Fruta
PRATO UNICO	Caldo de mandioca com carne e feijão	Sopa macarrão pai nosso com frango e legumes	Arroz temperado com legumes, feijão e carne.	Canjiquinha c/ carne e legumes	Canja de fubá com frango desfiado

CARDAPIO SEMANAL

REFEIÇÃO	SEGUNDA 09/07	TERÇA 10/07	QUARTA 11/07	QUINTA 12/07	SEXTA 13/07
COLAÇÃO	Vitamina	Leite com chocolate Biscoito maizena	Vitamina	Leite com chocolate Bolo caseiro de fubá	Vitamina de maçã
ALMOÇO	Arroz simples Feijão Carne moída com batata Saladas de folhas tomate	Arroz simples Feijão Isca de frango Purê de moranga e couve refogada	Arroz simples Feijão Carne cozida com mandioca Salada de folhas	Arroz simples Feijão Frango ensopado Com cenoura Salada repolho com tomate	Arroz simples Feijão Ovos mexidos, Batata ensopada, couve refogada, salada de tomate e alface.
Sobremesa	Maça	Laranja	Abacaxi	Banana	Maça
LANCHE DA TARDE	Suco de Frutas	Biscoito	Fruta	Fruta	Bolo caseiro
PRATO UNICO	Minestrone macarrão pai nosso carne moída feijão batido	Creme de inhame cenoura com isca de frango	Arroz temperado com legumes, frango desfiado e ovos	Sopa de macarrão pai nosso com carne e legumes variados	Canjiquinha c/ carne e legumes



CARDAPIO SEMANAL BERÇARIO

REFEIÇÃO	SEGUNDA 16/07	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
COLAÇÃO	Banana				
ALMOÇO	Papinha de arroz, feijão, carne, inhame, cenoura,				
LANCHE DA TARDE	Leite				
PRATO UNICO	Sopinha de legumes com massinha e músculo moído				

De 17/07 a 31/07 será recesso escolar





OBRA EDUCACIONAL IRMÃ ELVIRA
Aut. Portaria SMEC/Contagem 036/2015 – MG
Rua Oliveira – n.º 179 – Bairro Industrial – 3ª Seção –
CEP: 32.223-380 TELEFONE (031) 3363 6079
Contagem - Minas Gerais
E-MAIL: escolairmaelvira@gmail.com

CARDAPIO SEMANAL

REFEIÇÃO	SEGUNDA 16/07	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
COLAÇÃO	Vitamina de Leite				
ALMOÇO	Arroz simples Feijão Carne moída com inhame Salada de alface e tomate				
Sobremesa	Maça				
LANCHE DA TARDE	Suco de Frutas				
PRATO UNICO	Macarrão parafuso c/ carne e cenoura				

De 17/07 a 31/07 será recesso escolar