



MENU DO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL SINHÁ NATICO – JUNHO 2022  
MULTIPLAS ALERGIAS ALIMENTARES (proteína do leite, trigo e banana)

Segunda-feira 30/05	Terça-feira 31/05	Quarta-feira 01/06	Quinta-feira 02/06	Sexta-feira 03/06
<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mingau de fubá salgado – sem leite e sem ovos</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mamão</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz simples</li> <li>• Feijão simples</li> <li>• Carne suína cozida com cenoura</li> <li>• Alface</li> <li>• Beterraba cozida</li> <li>• Abacaxi</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vitamina (“leite de soja”, mamão ou maçã e aveia) – sem açúcar</li> <li>• “Pão de quê?” (massa à base de batata, polvilho e óleo vegetal - sem leite, queijo e ovos)</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maçã</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopa de legumes com filé de peito de frango e vegetais</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maçã</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz simples</li> <li>• Tuto simples</li> <li>• Molho de peito de frango desfiado com vegetais</li> <li>• Repolho refogado com cenoura</li> <li>• Mamão</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de laranja com mamão – sem açúcar</li> <li>• “Pão de quê?” (massa à base de batata, polvilho e óleo vegetal - sem leite, queijo e ovos) recheado com molhe de filé de peito de frango desfiado com vegetais (cenoura e brócolis)</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laranja</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caldo de feijão simples com carne bovina desfiada</li> <li>• “Pão de quê?” (massa à base de batata, polvilho e óleo vegetal - sem leite, queijo e ovos)</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mexerica</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz simples</li> <li>• Feijão simples</li> <li>• Costela suína cozida com mandioca</li> <li>• Abobrinha refogada</li> <li>• Melancia</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Leite de soja” puro</li> <li>• Bolo de laranja feito com fubá e amido de milho</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maçã</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Leite de soja” puro fervido com canela</li> <li>• Bolo de laranja feito com fubá e amido de milho</li> </ul> <p><b>Lanche manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Manga</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz com brócolis</li> <li>• Feijão simples</li> <li>• Purê de batatas com molho bolonhesa (sem laticínios)</li> <li>• Couve refogada</li> <li>• Moranga refogada</li> <li>• Maçã</li> </ul> <p><b>Lanche tarde 1 (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vitamina (“leite de soja”, mamão e aveia)</li> <li>• “Pão de quê?” (massa à base de batata, polvilho e óleo vegetal - sem leite, queijo e ovos)</li> </ul> <p><b>Lanche tarde 2 (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mexerica</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mingau de amido de milho, aveia e mamão – feito com “leite de soja”</li> </ul> <p><b>Lanche manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laranja</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz simples</li> <li>• Feijão simples</li> <li>• Coxa de frango refogada ou assada</li> <li>• Farofa de abobrinha – sem ovos</li> <li>• Abacaxi</li> </ul> <p><b>Lanche tarde 1 (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caldo de feijão simples com carne bovina desfiada</li> </ul> <p><b>Lanche trade 2 (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vitamina (“leite de soja”, mamão ou maçã e aveia) – sem açúcar</li> </ul>

**1ª semana de junho/2022 Orientações importantes:** =>As preparações ofertadas para os alunos menores de 1 ano (creche I), devem ter consistência branda (cozidos por mais tempo/mais macios), os vegetais folhosos, como couve e repolho, devem ser picados e repicados ou ralados antes de serem refogados, já os vegetais que serão servidos crus devem ser picados em pequenos pedaços ou passados no ralo fino =>As carnes cozidas aos pedaços deverão ser desfiadas =>Frutas, como a maçã, poderão ser raspadas com a colher =>Os pães e biscoitos devem ser embebidos na bebida que os acompanhará =>Se a criança demonstrar interesse ou capacidade pode ser ofertado o alimento seco (pão/biscoito) ou fruta para que ela mesma leve à boca (**orientação para professores e monitores**)



MENU DO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL SINHÁ NATICO – JUNHO 2022  
MULTIPLAS ALERGIAS ALIMENTARES (proteína do leite, trigo e banana)

Segunda-feira 06/06	Terça-feira 07/06	Quarta-feira 08/06	Quinta-feira 09/06	Sexta-feira 10/06
<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de legumes com filé de peito de frango e vegetais</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maçã</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz simples</li> <li>Feijão simples</li> <li>Carne suína cozida com mandioca</li> <li>Salada de batata, chuchu e cenoura – sem ovos</li> <li>Mexericica</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Suco de laranja com melancia – sem açúcar</li> <li>“Pão de quê?” (massa à base de batata, polvilho e óleo vegetal - sem leite, queijo e ovos)</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Manga</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>“leite de soja” fervido com canela</li> <li>“Pão de quê?” (massa à base de batata, polvilho e óleo vegetal - sem leite, queijo e ovos)</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maçã</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz com cenoura</li> <li>Tutu simples</li> <li>Coxa de frango refogada</li> <li>Moranga refogada</li> <li>Repolho cru com abacaxi</li> <li>Maçã</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vitamina (“leite de soja”, mamão e aveia) – sem açúcar</li> <li>Bolo de limão feito com fubá e amido de milho</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Laranja</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mingau de fubá salgado – sem leite e sem ovos</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Laranja</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz simples</li> <li>Feijão simples</li> <li>Costela suína refogada</li> <li>Farofa de brócolis – sem ovos</li> <li>Beterraba cozida</li> <li>Abacaxi</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Suco de laranja com cenoura – sem açúcar</li> <li>Torta salgada de frango com vegetais - massa feita com fubá e amido de milho</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maçã</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Suco de laranja com cenoura – sem açúcar</li> <li>Torta salgada de frango com vegetais - massa feita com fubá e amido de milho</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mexericica</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz com brócolis</li> <li>Tutu de feijão</li> <li>Filé de peito de frango refogado</li> <li>Salada de couve crua com abacaxi</li> <li>Abobrinha refogada</li> <li>Laranja</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Caldo de mandioca com peito de frango desfiado</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maçã</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mingau de amido de milho, aveia e mamão – feito com “leite de soja”</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Manga</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz simples</li> <li>Feijão simples</li> <li>Polenta recheada com molho bolonhesa – sem laticínios</li> <li>Moranga refogada</li> <li>Farofa de vagem – sem ovos</li> <li>Maçã</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Suco de abacaxi com laranja – sem açúcar</li> <li>“Pão de quê?” (massa à base de batata, polvilho e óleo vegetal - sem leite, queijo e ovos) recheado com molho de carne bovina cozida</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mexericica</li> </ul>

**2ª semana de junho/2022 Orientações importantes:** =>As preparações ofertadas para os alunos menores de 1 ano (creche I), devem ter consistência branda (cozidos por mais tempo/mais macios), os vegetais folhosos, como couve e repolho, devem ser picados e repicados ou ralados antes de serem refogados, já os vegetais que serão servidos crus devem ser picados em pequenos pedaços ou passados no ralo fino =>As carnes cozidas aos pedaços deverão ser desfiadas =>Frutas, como a maçã, poderão ser raspadas com a colher =>Os pães e biscoitos devem ser embebidos na bebida que os acompanhará =>Se a criança demonstrar interesse ou capacidade pode ser ofertado o alimento seco (pão/biscoito) ou fruta para que ela mesma leve à boca **(orientação para professores e monitores)**





MENU DO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL SINHÁ NATICO – JUNHO 2022

MULTIPLAS ALERGIAS ALIMENTARES (proteína do leite, trigo e banana)

Segunda-feira 13/06	Terça-feira 14/06	Quarta-feira 15/06	Quinta-feira 16/06	Sexta-feira 17/06
<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mingau de amido de milho, aveia e mamão – feito com "leite de soja"</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maçã</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz simples</li> <li>• Feijoada simples (feijão preto, costela suína, cheiro verde)</li> <li>• Couve refogada</li> <li>• Laranja</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vitamina ("leite de soja", mamão e aveia) – sem açúcar</li> <li>• "Pão de quê?" (massa à base de batata, polvilho e óleo vegetal - sem leite, queijo e ovos)</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Manga</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• "leite de soja" fervido com canela</li> <li>• "Pão de quê?" (massa à base de batata, polvilho e óleo vegetal - sem leite, queijo e ovos)</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Manga</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz simples</li> <li>• Feijão simples</li> <li>• Carne bovina cozida</li> <li>• Moranga refogada</li> <li>• Alface</li> <li>• Maçã</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de laranja com mamão – sem açúcar</li> <li>• "Pão de quê?" (massa à base de batata, polvilho e óleo vegetal - sem leite, queijo e ovos) recheado com molhe de filé de peito de frango desfiado com vegetais (cenoura e brócolis)</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mexerica</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caldo de feijão simples com carne bovina desfiada</li> <li>• "Pão de quê?" (massa à base de batata, polvilho e óleo vegetal - sem leite, queijo e ovos)</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laranja</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz com brócolis</li> <li>• Caldo de feijão com cheiro verde</li> <li>• Coxa de frango refogada</li> <li>• Beterraba cozida</li> <li>• Couve refogada</li> <li>• Abacaxi</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mingau de amido de milho, aveia e mamão – feito com "leite de soja"</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Manga</li> </ul>	<p><b>FERIADO NACIONAL</b></p>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopa de legumes com filé de peito de frango e vegetais</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Manga</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz à grega com frango (frango, cenoura, brócolis)</li> <li>• Tutu simples</li> <li>• Abobrinha refogada</li> <li>• Melancia</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caldo de feijão simples com carne bovina desfiada</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• "leite de soja" de vaca</li> </ul>

**3ª semana de junho/2022 Orientações importantes:** =>As preparações ofertadas para os alunos menores de 1 ano (creche I), devem ter consistência branda (cozidos por mais tempo/mais macios), os vegetais folhosos, como couve e repolho, devem ser picados e repicados ou ralados antes de serem refogados, já os vegetais que serão servidos crus devem ser picados em pequenos pedaços ou passados no ralo fino =>As carnes cozidas aos pedaços deverão ser desfiadas =>Frutas, como a maçã, poderão ser raspadas com a colher =>Os pães e biscoitos devem ser embebidos na bebida que os acompanhará =>Se a criança demonstrar interesse ou capacidade pode ser ofertado o alimento seco (pão/biscoito) ou fruta para que ela mesma leve à boca (**orientação para professores e monitores**)



MENU DO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL SINHÁ NATICO – JUNHO 2022  
MULTIPLAS ALERGIAS ALIMENTARES (proteína do leite, trigo e banana)

Segunda-feira 20/06	Terça-feira 21/06	Quarta-feira 22/06	Quinta-feira 23/06	Sexta-feira 24/06
<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mingau de amido de milho, aveia e mamão – feito com "leite de soja"</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Laranja</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz simples</li> <li>Feijão simples</li> <li>Estrogonofe de peito de frango desfiado com molho branco</li> <li>Beterraba cozida</li> <li>Manga</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bolo integral de laranja feito com fubá e amido de milho</li> <li>Vitamina ("leite de soja", mamão ou maçã e aveia) – sem açúcar</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maçã</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>"leite de soja" puro fervido com canela</li> <li>Bolo integral de laranja feito com fubá e amido de milho</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mexerica</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz com vagem</li> <li>Tutu simples</li> <li>Costela suína cozida com mandioca</li> <li>Salada de alface com cenoura ralada</li> <li>Maçã</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mingau de amido de milho, aveia e mamão – feito com "leite de soja"</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Laranja</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de legumes com filé de peito de frango e vegetais</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maçã</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz simples</li> <li>Feijão simples</li> <li>Carne bovina cozida</li> <li>Abobrinha com cenoura ralada refogadas</li> <li>Melancia</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Suco verde (laranja, maçã e couve) – sem açúcar</li> <li>"Pão de quê?" (massa à base de batata, polvilho e óleo vegetal - sem leite, queijo e ovos) recheado com molho de carne bovina moída</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Manga</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mingau de fubá salgado – sem leite e sem ovos</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Manga</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz com brócolis</li> <li>Caldo de feijão com cheiro verde</li> <li>Coxa de frango refogada</li> <li>Couve refogada</li> <li>Repolho com abacaxi</li> <li>Laranja</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>"Leite de soja" puro</li> <li>Bolo integral de banana – sem açúcar e sem ovos</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Abacaxi</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Caldo de feijão simples com carne bovina desfiada</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mexerica</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz simples</li> <li>Feijão simples</li> <li>Molho de carne bovina moída com batata e tomate</li> <li>Moranga refogada</li> <li>Farofa de vagem – sem ovos</li> <li>Manga</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Torta salgada de frango com vegetais - massa feita com fubá e amido de milho</li> <li>Suco de abacaxi com laranja – sem açúcar</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maçã</li> </ul>

**4ª semana de junho/2022 Orientações importantes:** =>As preparações ofertadas para os alunos menores de 1 ano (creche I), devem ter consistência branda (cozidos por mais tempo/mais macios), os vegetais folhosos, como couve e repolho, devem ser picados e repicados ou ralados antes de serem refogados, já os vegetais que serão servidos crus devem ser picados em pequenos pedaços ou passados no ralo fino =>As carnes cozidas aos pedaços deverão ser desfiadas =>Frutas, como a maçã, poderão ser raspadas com a colher =>Os pães e biscoitos devem ser embebidos na bebida que os acompanhará =>Se a criança demonstrar interesse ou capacidade pode ser ofertado o alimento seco (pão/biscoito) ou fruta para que ela mesma leve à boca (**orientação para professores e monitores**)



MENU DO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL SINHÁ NATICO – JUNHO 2022  
MULTIPLAS ALERGIAS ALIMENTARES (proteína do leite, trigo e banana)

Segunda-feira 27/06	Terça-feira 28/06	Quarta-feira 29/06	Quinta-feira 30/06	Sexta-feira 01/07
<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caldo de feijão simples com carne bovina desfiada</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maçã</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz simples</li> <li>• Feijão simples</li> <li>• Carne suína cozida</li> <li>• Salada de alface com cenoura ralada</li> <li>• Laranja</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de laranja com cenoura – sem açúcar</li> <li>• “Pão de quê?” (massa à base de batata, polvilho e óleo vegetal - sem leite, queijo e ovos)</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mamão</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Leite de soja” puro fervido com canela</li> <li>• “Pão de quê?” (massa à base de batata, polvilho e óleo vegetal - sem leite, queijo e ovos)</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mamão</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz simples</li> <li>• Caldo de feijão com cheiro verde</li> <li>• Coxa de frango refogada</li> <li>• Moranga refogada</li> <li>• Couve refogada</li> <li>• Maçã</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopa de legumes com filé de peito de frango e vegetais</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mexerica</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mingau de amido de milho, aveia e mamão – feito com “leite de soja”</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laranja</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz com brócolis</li> <li>• Caldo de feijão com cheiro verde</li> <li>• Carne suína cozida com mandioca</li> <li>• Beterraba cozida</li> <li>• Couve refogada</li> <li>• Abacaxi</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de laranja com mamão – sem açúcar</li> <li>• “Pão de quê?” (massa à base de batata, polvilho e óleo vegetal - sem leite, queijo e ovos) recheado com molhe de filé de peito de frango desfiado com vegetais (cenoura e brócolis)</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Manga</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caldo de feijão simples com carne bovina desfiada</li> <li>• “Pão de quê?” (massa à base de batata, polvilho e óleo vegetal - sem leite, queijo e ovos)</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Manga</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz com brócolis</li> <li>• Feijão simples</li> <li>• Purê de batatas com molho bolonhesa (sem laticínios)</li> <li>• Abobrinha refogada</li> <li>• Maçã</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Leite de soja” puro</li> <li>• Bolo de laranja feito com fubá e amido de milho</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Abacaxi</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Leite de soja” puro fervido com canela</li> <li>• Bolo de laranja feito com fubá e amido de milho</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mexerica</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz simples</li> <li>• Feijoada simples (feijão preto, costela suína, cheiro verde)</li> <li>• Couve refogada</li> <li>• Laranja</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caldo de feijão simples com carne bovina desfiada</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maçã</li> </ul>

**5ª semana de junho/2022 Orientações importantes:** =>As preparações ofertadas para os alunos menores de 1 ano (creche I), devem ter consistência branda (cozidos por mais tempo/mais macios), os vegetais folhosos, como couve e repolho, devem ser picados e repicados ou ralados antes de serem refogados, já os vegetais que serão servidos crus devem ser picados em pequenos pedaços ou passados no ralo fino =>As carnes cozidas aos pedaços deverão ser desfiadas =>Frutas, como a maçã, poderão ser raspadas com a colher =>Os pães e biscoitos devem ser embebidos na bebida que os acompanhará =>Se a criança demonstrar interesse ou capacidade pode ser ofertado o alimento seco (pão/biscoito) ou fruta para que ela mesma leve à boca **(orientação para professores e monitores)**