



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

**Creche (1 a 3 anos), Pré-Escola (4 a 5 anos) e Ensino Fundamental (6 a 10 anos)**

<b>Segunda-feira 30/05</b>	<b>Terça-feira 31/05</b>	<b>Quarta-feira 01/06</b>	<b>Quinta-feira 02/06</b>	<b>Sexta-feira 03/06</b>
<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mingau de fubá salgado com ovo</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Banana</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, banana e aveia) – sem açúcar</li> <li>• Biscoito de polvilho</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 macarrão com legumes e filé de peito de frango</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maça</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz simples</li> <li>• Tuto simples</li> <li>• Estrogonofe de peito de frango desfiado com molho branco</li> <li>• Repolho refogado com cenoura</li> <li>• Banana</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 abóbora 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 abóbora</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 puro</li> <li>• Bolo integral de laranja com banana – sem açúcar</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Banana</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite puro fervido com canela</li> <li>• Bolo integral de laranja com banana – sem açúcar</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</li> <li>• Couve refogada</li> <li>• Moranga refogada</li> <li>• Banana</li> </ul> <p><b>Lanche tarde 1 (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vitamina (leite, banana, mamão e aveia)</li> <li>• Pão de queijo</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 banana</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 com banana</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> <li>• Torradas de pão de abóbora</li> </ul> <p><b>Lanche trade 2 (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vitamina (leite, banana 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**  
**Creche (1 a 3 anos), Pré-Escola (4 a 5 anos) e Ensino Fundamental (6 a 10 anos)**

<b>Segunda-feira 06/06</b>	<b>Terça-feira 07/06</b>	<b>Quarta-feira 08/06</b>	<b>Quinta-feira 09/06</b>	<b>Sexta-feira 10/06</b>
<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopa de macarrão com legumes e filé de peito de frango</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, cenoura e ovos</li> <li>• Mexerica</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>• Broa de fubá temperada</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 fervido com canela</li> <li>• Broa de fubá temperada</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Banana</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, banana, mamão e aveia) – sem açúcar</li> <li>• Bolo integral de limão com banana – sem açúcar</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 com ovo</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</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</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Banana</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</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 brócolis</li> <li>• Tutu de feijão</li> <li>• Ovo cozido</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 banana</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</li> <li>• Moranga refogada</li> <li>• Farofa de vagem</li> <li>• Banana</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de abacaxi com banana – sem açúcar</li> <li>• Pão de ora-pro-nobis 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>• Mexerica</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**  
Creche (1 a 3 anos), Pré-Escola (4 a 5 anos) e Ensino Fundamental (6 a 10 anos)

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 banana</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, banana, mamão e aveia) – sem açúcar</li> <li>• Pão de queijo</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Banana</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite fervido com canela</li> <li>• Pão de queijo</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Banana</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz simples</li> <li>• Feijão simples</li> <li>• Ovo cozido</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 abóbora 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 abóbora</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>• Molho de feijão com ovos e 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 banana</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 macarrão com legumes e filé de peito de frango</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> <li>• Torradas de pão de abóbora</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite 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**  
**Creche (1 a 3 anos), Pré-Escola (4 a 5 anos) e Ensino Fundamental (6 a 10 anos)**

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 banana</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Banana</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 com banana e aveia – sem açúcar</li> <li>• Vitamina (leite, banana e aveia) – sem açúcar</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maça</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite puro fervido com canela</li> <li>• Bolo integral de laranja com banana e aveia – sem açúcar</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>• Banana</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 banana</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 macarrão com legumes e filé de peito de frango</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maça</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz simples</li> <li>• Feijão simples</li> <li>• Ovo cozido</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, banana e couve) – sem açúcar</li> <li>• Pão de queijo 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>• Banana</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mingau de fubá salgado com ovo</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>• Molho de feijão com ovos e 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 puro</li> <li>• Bolo integral de banana – sem açúcar</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>• Macarronada à bolonhesa</li> <li>• Moranga refogada</li> <li>• Farofa de vagem</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 (cenoura e brócolis)</li> <li>• Suco de abacaxi com banana – sem açúcar</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Banana</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**  
**Creche (1 a 3 anos), Pré-Escola (4 a 5 anos) e Ensino Fundamental (6 a 10 anos)**

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>• Ovo cozido</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 queijo</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (16:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Banana</li> </ul>	<p><b>Café da manhã (7:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite puro fervido com canela</li> <li>• Pão de queijo</li> </ul> <p><b>Lanche da manhã (9:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Banana</li> </ul> <p><b>Almoço (11:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz simples</li> <li>• Molho de feijão com ovos e 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 macarrão, filé de peito de frango e vegetais (cenoura, chuchu, 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>• Mingau de amido de milho, aveia e banana</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>• Molho de feijão com ovos e 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 abóbora 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 abóbora</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</li> <li>• Abobrinha refogada</li> <li>• Banana</li> </ul> <p><b>Lanche da tarde (14:00)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite puro</li> <li>• Bolo integral de banana – sem açúcar</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 puro fervido com canela</li> <li>• Bolo integral de banana – sem açúcar</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> <li>• Torradas de pão de abóbora</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)**