



PREFEITURA DE NOVA TRENTO
Secretaria Municipal de Educação
CARDÁPIO CRECHES – FEVEREIRO / 2022



Semana: 01/02 a 04/02 - 14/02 a 18-02 - 28/02

Refeição	2ª Feira 01.02/14/02/28.02	3ª Feira 02.02/15.02	4ª Feira 03.02/16.02	5ª Feira 04.02/17.02	6ª Feira 05.02/18.02/28.02
8:00 Lanche manhã	Leite com café Panquequinha de banana (mingau de aveia para os bebês) Maçã	Suco de uva Pão caseiro c/ manteiga	Bufe de frutas (maçã, banana, mamão, laranja) Mingau de aveia	Suco de beterraba c/ limão Pão de leite com requeijão Mamão	logurte de uva Bolo de abóbora e de coco
10:30 Almoço	Risoto de frango e legumes (batata, cenoura, chuchu) Salada: Tomate e Brócolis cozido	Polenta com frango moído ensopado com legumes (chuchu, abobrinha, acelga) Salada: Alface e pepino	Arroz, feijão Isclas de carne ensopada e brócolis Salada: Beterraba cozida e repolho ralado	Arroz, batata doce cozida Frango ao molho de tomate Salada: Cenoura cozida/ Alface	Minestra (carne bovina, cenoura, chuchu, arroz, feijão)
14:00 Lanche Tarde	Suco de uva Bolo de cacau adoçado com uvas-passas	Leite com café Rosquinha de polvilho (mingau de aveia para os bebês) Banana	Suco de abacaxi com melão Misto (pão, queijo muçarela, tomate)	Vitamina de banana Pão caseiro com nata Mamão	Bufe de frutas (maçã, banana, manga, melancia) Bolachinha de batata doce e coco
Janta 16:00	Arroz c/ lentilha, carne moída, legumes refogados (cenoura, abobrinha, tomate, cebola, temp. verde). Salada: Repolho ralado	Arroz, feijão, filé de peixe grelhado Jardineira de legumes (cenoura, couve-flor, abóbora) Salada: Espinafre	Sopa (frango, aletria, cenoura, chuchu, abobrinha)	Arroz, feijão Carne moída refogada Abóbora quibebe Salada: Agrião/ beterraba ralada	Macarrão com frango e legumes (cenoura, brócolis, couve-flor) Salada: Tomate/ Alface

Semana: 26/01 a 28.01 - 07/02 a 11/02 – 21/02 a 25/02

Refeição	2ª Feira 07.02/21.02	3ª Feira 08.02/22.02	4ª Feira 26 09.02/23.02	5ª Feira 27.01/10.01/24.02	6ª Feira 28.01/11.02/25.02
8:00 Lanche manhã	Suco de manga Panquequinha de maçã Pera	Suco de laranja Pão caseiro c/ requeijão Melancia	Bufe de frutas (maçã, banana, mamão, laranja) Mingau de aveia	Suco de uva Misto (pão, queijo muçarela, tomate) Manga	Leite com café Rosquinha de polvilho e mingau de frutas para bebês Banana
10:30 Almoço	Arroz, feijão, <u>Farofa</u> de ovos Salada: Tomate e pepino fatiado	Arroz, feijão Carne suína ensopada Cenoura cozida c/ temp. verde Salada: Beterraba ralada e Vagem	Macarrão com frango Salada: Alface e chuchu	Arroz, feijão Omelete de forno com legumes (cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate) Salada: Espinafre e beterraba cozida	Arroz, feijão Filé de peixe grelhado <u>Farofa</u> Salada: Alface / vagem
14:00 Lanche Tarde	Leite com café Rosquinha de polvilho e mingau de aveia para bebês Melão	Suco de uva Bolo de cenoura s/ açúcar Manga	Vitamina de banana com maçã <u>Pão de leite</u> com requeijão	Suco de laranja Torta de carne com legumes (carne, brócolis, cenoura, tomate) Alface	Bufe de frutas (maçã, banana, mamão, melancia) Cookies de maçã
Janta 16:00	Canja de frango (arroz, frango, cenoura, batata inglesa)	Carreteiro (Isclas de carne) Salada: Repolho ralado e cenoura cozida	Arroz, feijão, carne moída com brócolis cozido Salada: alface e couve-flor cozida	Arroz Frango ensopado com batatas e cenoura Salada: Pepino / cenoura cozida	Polenta com picadinho c/ <u>aipim</u> ao molho de tomate Salada: Brócolis cozido e cenoura ralada

Obs1. As frutas e as verduras poderão ser substituídas conforme a época, a disponibilidade das mesmas e a produção da horta.

Obs2. Quando houver fruta no cardápio, esta será oferecida primeira.

Obs3 – Todas as preparações e alimentos servidos são sem adição de açúcar.

Carolina Sardá Estuqui
Nutricionista – CRN10 0661