

CARDÁPIO MENSAL – NOVEMBRO 2025



	Паннуказ CARDAPIO MENSAL – NOVEMBRO 2025							
		TURMAS MATERNAL BABY (6 meses à 1 ano) Nutricionista		·				
Data	Café	Almoço	Lanche	Jantar				
03/11 Seg	Laranja + fruta alt.	Arroz (50% integral) com amaranto; farofa de alho; <mark>frango</mark> ensopado; Salada de cenoura ralada - amassadinhos	Abacaxi + fruta alt.	Arroz (50% integral); batata rústica (assada com ervas finas); lentilha com louro e alho; ovos mexidos com cheiro verde - amassadinhos				
04/11 Ter	Mamão + fruta alt.	Feijoadinha (cubinhos de carne <mark>suína</mark> , batata, cenoura, chuchu); arroz (50% integral); couve mineira refogada; Salada de laranja picadinha - amassadinhos	Tangerina s/ semente + fruta alt.	Polenta cremosa ao molho sugo; <mark>frango</mark> acebolado Salada de tomate com folhinhas de manjericão - amassadinhos				
05/11 Qua.	Melão + fruta alt.	Macarrão parafuso; carne <mark>moída</mark> ao sugo com abobrinha ralada; Salada de brócolis - amassadinhos	Melancia + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijão carioca enriquecido com batata salsa; cubinhos de pernil enfarofado; - amassadinhos				
06/11 Qui.	Pêssego + fruta alt.	Purê de batatas; arroz (50% integral); feijão vermelho; <mark>tilápia</mark> assada Salada de beterraba - amassadinhos	Maçã + fruta alt.	Macarrão penne; <mark>franguinho</mark> desfiado enriquecido com chuchu e cenoura; Salada de pepino - amassadinhos				
07/11 Sex.	Banana + aveia + fruta alt.	Polenta cremosa; <mark>carne</mark> de panela enriquecida com abobrinha e cenoura; Salada de chuchu - amassadinhos	Danoninho de maracujá (batata doce) + fruta alt.	Minestra (feijão com arroz) - amassadinhos				
		Final de Semana						
10/11 Seg.	Manga + fruta alt.	Macarrão parafuso; <mark>carne</mark> moída ao sugo com batata salsa; Salada de couve mineira - amassadinhos	Banana + aveia + fruta alt.	Arroz (50% ingteral); feijão carioca enriquecido com chuchu; cubinhos suíno enfarofado - amassadinhos				
11/11 Ter.	Melão + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijão vermelho enriquecido com quinoa; omelete de forno com legumes raladinhos (quiabo e abobrinha); Salada de tomate - amassadinhos	Abacaxi + fruta alt.	Macarrão spaguetti à fazendinha (cenoura ralada e ervilha); carne de panela enriquecida com biomassa				
12/11 Qua.	Banana + fruta alt.	Purê de batata; arroz (50% integral); <mark>frango</mark> ensopadinho Salada de alface + granola salgada (servir separado) - amassadinhos	Tangerina s/ semente + fruta alt.	arroz (50% integral); feijão preto com batatinhas; <mark>ovos</mark> mexidos com chia - amassadinhos				
13/11 Qui.	Mamão + fruta alt.	Arroz (50% integral); farofa crocante; feijão preto; cubinhos de pernil suíno acebolado; Salada de ervilha in natura - amassadinhos	Nectarina + fruta alt.	Caldeiradinha (arroz, <mark>tilápia</mark> desfiada, batata, chuchu, manjericão, alecrim, cheiro verde) -				
14/11 SeX.	Laranja + fruta alt.	Polenta cremosa; <mark>iscas</mark> bovinas ao molho com vagem e abóbora Salada de beterraba ralada	Salada de frutas da estação	Purê de batata doce; arroz (50% integral); feijão carioca; <mark>franguinho</mark> aceboladinho -				
		Final de Semana						
17/11 Seg.	Maçã + fruta alt.	Macarrão penne; <mark>carne</mark> moída ensopada com batata salsa; Salada de pepino japonês picadinho	Pêssego + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijão preto enriquecido com beterraba; farofa crocante (pão torrado); pvos mexidos com cheiro verde - amassadinhos				
18/11 Ter.	Laranja + fruta alt.	Legumes à jardineira (abóbora, batata doce, vagem); arroz (50% integral); feijão carioca; cubinhos de <mark>frango</mark> acebolado; Salada de acelga - amassadinhos	Melão + fruta alt.	Macarrão caseiro com ora-pro-nóbis; iscas suínas ao molho escuro enriquecida com berinjela - amassadinhos				
19/11 Qua.	Nectarina + fruta alt.	Polenta cremosa enriquecida com biomassa; íscas de <mark>carne</mark> bovina com legumes (cenoura, abobrinha); Salada de beterraba - amassadinhos	Abacaxi + fruta alt.	arroz (50% integral); feijão preto enriquecido com chuchu; frango enfarofado				
		20/11 – Feriado nacional (consciê	ncia negra)					
21/11 Sex.	Mamão + fruta alt.	Arroz (50% integral); farofa colorida; feijão vermelho; <mark>omelete</mark> com cheiro verde Salada de cenoura - amassadinhos	Tangerina s/ semente + fruta alt.	Canja				
		Final de Semana						
24/11 Seg.	Laranja + fruta alt.	Polenta cremosa; íscas de <mark>frango</mark> ao molho sugo enriquecido com batatas; Salada de alface-picadinho	Banana + aveia + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijão carioca com louro e alho; cubinhos de <mark>suíno</mark> enfarofado -				
25/11 Ter.	Pêssego + fruta alt.	Arroz (50% integral); farofa; feijão vermelho; <mark>omelete</mark> de forno com legumes ralados (brócolis, abóbora) e cheiro verde Salada de couve -flor - amassadinhos	Tangerina s/ semente + fruta alt.	Purê de batata batata doce; <mark>franguinho</mark> ao molho vermelho com cebola e alho Salada de pepino - amassadinhos				
26/11 Qua.	Melão + fruta alt.	Nhoque caseiro com espinafre; <mark>carne</mark> moída ensopadinha com abobrinha ralada; Salada de tomate - amassadinhos	Danoninho Maracujá (batata doce) + fruta alt.	Feijoadinha + laranja				
27/11 Qui.	Mamão + aveia + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijão preto; farofa crocante, tilápia assada com alecrim - amassadinhos	Maçã + fruta alt.	Arroz carreteiro (arroz 50% integral, cubinhos de carne suína, couve flor, berinjela, tomate, batata doce, cenoura) - amassadinhos				
28/11 Sex.	Banana + fruta alt.	Polenta cremosa enriquecida com biomassa; almôndegas ao sugo Salada de pepino	Salada de frutas da estação	Sopa de feijão (feijão preto, macarrão de letrinhas; abobrinha, vagem, cenoura) - amassadinhos				

¹⁻O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores e aceitação das crianças. 2- No lanche da tarde será servido no mínimo 3 opções de frutas. 3- Arroz será servido 50% parabolizado e 50% integral. 4- Não será utilizado açúcar branco, quando houver necessidade, será utilizado mel, tâmaras, uvas passas, açúcar demerara ou mascavo (COM MODERAÇÃO). 5-Nas refeições das crianças de até 2 anos não utilizamos nenhum tipo de açúcar e sucos. 6- Os molhos serão preparados com colorau e outros ingredientes naturais. 7- Não será utilizado sal refinado nas preparações, o mesmo será substituído por sal de ervas e temperos naturais. 8- Nas refeições de até 1 ano não utilizamos nenhum tipo de sal, somente temperos naturais. 9-Nos meses mais frios os chás serão servidos mornos e os sucos a temperatura ambiente. 10-Os biscoitos serão feitos na escola e quando forem industrializados serão da marca Mãe Terra. 11- Frutas da estação predominantes em Novembro: Abacaxi, acerola, banana, caju, framboesa, laranja, maçã, mamão, manga, maracujá, melancia, melão, nectarina, pêssego e tangerina. 12- Os alimentos devem ser servidos em textura adequada para cada fase de desenvolvimento da criança. 13. Diariamente servimos arroz (50% integral) para crianças que não aceitaram o prato principal.



CARDÁPIO MENSAL - NOVEMBRO 2025



I Jappy N		CARDAPIO MENSAL – NOVEMBRO		(Nationalia Georgea Ecolor
		RNAL E JARDIM 1 (1,5 anos a 3,5 anos) Nutricionista Loren		
Data	Café	Almoço	Lanche	Jantar
03/11	Leite zero lactose com café	Arroz (50% integral) com amaranto; farofa de alho;	Abacaxi + fruta	Arroz (50% integral); batata rústica (assada
Seg	descafeinado;	frango ensopado;	alt.	com ervas finas); lentilha com louro e alho;
008	Pão de fubá com nata	Salada de cenoura ralada	uit.	ovos mexidos com cheiro verde
	Chá de casca de abacaxi com hortelã	Feijoadinha (cubinhos de carne <mark>suína</mark> , batata,	Tangorina c/	Polenta cremosa ao molho sugo; <mark>frango</mark>
04/11		cenoura, chuchu); arroz (50% integral); couve mineira	Tangerina s/	enfarofadinho;
Ter	da nossa horta;	refogada;	semente + fruta	Salada de tomate com folhinhas de
	Panquequinha de banana com aveia	Salada de laranja picadinha	alt.	manjericão
	Suco de uva integral;	Macarrão parafuso; carne moída ao sugo com		Arroz (50% integral); feijão carioca
05/11	Bolo caseiro com ora-pró-nobis	abobrinha ralada;	Melancia +	enriquecido com batata salsa; cubinhos de
Qua.	adoçado com ameixa seca sem caroço	Salada de brócolis	fruta alt.	pernil enfarofado;
	Chá de frutas vermelhas;	Purê de batatas; arroz (50% integral); feijão vermelho;		Macarrão penne; <mark>franguinho</mark> desfiado
06/11	Torradinha com azeite de oliva e	tilápia assada	Maçã + fruta	enriquecido com chuchu e cenoura;
Qui.		 _	alt.	· · ·
	orégano;	Salada de beterraba cozida		Salada de pepino
07/11	Suco de laranja integral;	Polenta cremosa; <mark>carne</mark> de panela enriquecida com	Pêssego + fruta	
Sex.	Ovos mexidos com cheiro verde;	abobrinha e cenoura;	alt.	Minestra (feijão com arroz)
0.0		Salada de chuchu	4.6.	
		Final de Semana		
10/11	Chá de melissa;	Macarrão parafuso; carne moída ao sugo com batata	Banana + aveia	Arroz (50% ingteral); feijão carioca
	Rosquinha de polvilho;	salsa;	+ fruta alt.	enriquecido com chuchu; cubinhos <mark>suíno</mark>
Seg.	Manga + banana	Salada de couve mineira	T II ULD DIL.	enfarofado
	Chocolate quente (leite zero lactose,	Arroz (50% integral); feijão vermelho enriquecido com		Macarrão spaguetti à fazendinha (cenoura
11/11	cacau, canela);	quinoa; omelete de forno com legumes raladinhos	Abacaxi + fruta	ralada e ervilha); <mark>carne</mark> de panela
Ter.	Bolo de laranja adoçado com uva	(quiabo e abobrinha);	alt.	enriquecida com biomassa
	passas branca	Salada de tomate		Salada de pepino
	Chá de erva doce;	Purê de batata com espinafre; arroz (50% integral);	Tangerina s/	Salada de popilio
12/11	Queijo quente (pão fatiado com	frango ensopadinho	semente + fruta	arroz (50% integral feijão preto com
Qua.	. "	Salada de alface + granola salgada (servir separado)		batatinhas; ovos mexidos com chia
	queijo)		alt.	
13/11	logurte natural batido com morango;	Arroz (50% integral); farofa crocante; feijão preto;	Nectarina +	Caldeiradinha (arroz, tilápia desfiada, batata,
Qui.	Broa caseira de fubá;	cubinhos de <mark>pernil</mark> suíno acebolado;	fruta alt.	chuchu, manjericão, alecrim, cheiro verde)
	2.00 0000 0 0 1000,	Salada de ervilha in natura	n aca arei	diadita, manjendad, diedimi, diene verde,
14/11	Suco de uva integral;	Polenta cremosa; iscas bovinas ao molho com vagem	Salada de frutas	arroz (50% integral); feijão carioca;
SeX.		e abóbora		
Sex.	Panqueca de espinafre	Salada de beterraba ralada	da estação	<mark>franguinho</mark> aceboladinho
		Final de Semana		
.=./	61 / 1	Macarrão penne; carne moída ensopada com batata	50 6 1	Arroz (50% integral); feijão preto enriquecido
17/11	Chá de capim limão;	salsa;	Pêssego + fruta	com beterraba; farofa crocante (pão
Seg.	Pão caseiro com requeijão	Salada de pepino japonês	alt.	torrado); ovos mexidos com cheiro verde
		Legumes à jardineira (abóbora, batata doce, vagem);		
18/11	Suco de laranja integral;	arroz (50% integral); feijão carioca; cubinhos de <mark>frango</mark>	Melão + fruta	Macarrão caseiro com ora-pro-nóbis; iscas
Ter.	Cuca caseira de banana com farofa	acebolado;	alt.	suínas ao molho escuro enriquecida com
ici.	adoçada com tâmaras	Salada de acelga	ait.	berinjela
	Loito zoro lastoco com cofó	Polenta cremosa enriquecida com biomassa; iscas de		
19/11	Leite zero lactose com café		Abacaxi + fruta	Arroz (50% integral); feijão preto enriquecido
Qua.	descafeinado;	carne bovina com legumes (cenoura, abobrinha);	alt.	com chuchu; frango enfarofado
	Ovos mexidos com cheiro verde	Salada de beterraba		
		20/11 – Feriado nacional (consciência negra)		
21/11	Pão de aipim com creme de ricota	Arroz (50% integral); farofa colorida; feijão vermelho;	Tangerina s/	
Sex.	Mamão	omelete com cheiro verde	semente + fruta	Canja
		Salada de cenoura - picadinhos	alt.	
		Final de Semana		
24/11	Chá de hortelã da nossa horta;	Polenta cremosa; iscas de <mark>frango</mark> ao molho sugo	Banana + aveia	Arroz (50% integral); feijão carioca com louro
Seg.	Pão de fubá com manteiga ghee	enriquecido com batatas;	+ fruta alt.	e alho; cubinhos de <mark>suíno</mark> enfarofado
Jeg.		Salada de alface	i ii uta ait.	e unio, cubililios de <mark>sullo</mark> ellialolado
	Chocolate quente (leite zero lactose,	Arroz (50% integral); farofa de alho; feijão vermelho;	Tanandara	Diviê de hetete hetete dans formatel
25/11	cacau, canela em pau);	omelete de forno com legumes ralados (brócolis,	Tangerina s/	Purê de batata batata doce; <mark>franguinho</mark> ao
Ter.	Torradinha com azeite de oliva, queijo	abóbora) e cheiro verde	semente + fruta	molho vermelho com cebola e alho
	e tomate;	Salada de couve-flor	alt.	Salada de pepino
	Suco de uva integral;	Nhoque caseiro com espinafre; carne moída		
26/11	Panquequinha de maçã com canela	ensopadinha com abobrinha ralada;	Melancia +	Feijoadinha
Qua.	-	•	fruta alt.	i cijoaulilila
	em pó e aveia;	Salada de tomate		Awar sawataina (awar 500/ 1 th 1 th 1 th
27/11	Chá de frutas vermelhas	Arroz (50% integral); feijão preto; farofa, tilápia assada	Maçã + fruta	Arroz carreteiro (arroz 50% integral, cubinhos
Qui.	Bolo de cacau adoçado com ameixa	com alecrim	alt.	de carne <mark>suína</mark> , couve flor, berinjela, tomate,
	seca		****	batata doce, cenoura)
28/11	logurte batido com morango;	Polenta cremosa enriquecida com biomassa;	Salada de frutas	Sopa de feijão (feijão preto, macarrão de
Sex.	Banana + Granola sem açúcar;	<mark>almôndegas</mark> ao sugo	da estação	
Jex.	Danana i Granoia Seni açucal,	Salada de pepino	ua Estação	letrinhas; abobrinha, vagem, cenoura)

¹⁻O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores e aceitação das crianças. 2- No lanche da tarde será servido no mínimo 3 opções de frutas. 3- Arroz será servido 50% parabolizado e 50% integral. 4- Não será utilizado açúcar branco, quando houver necessidade, será utilizado mel, tâmaras, uvas passas, açúcar demerara ou mascavo (COM MODERAÇÃO). 5-Nas refeições das crianças de até 2 anos não utilizamos nenhum tipo de açúcar e sucos. 6- Os molhos serão preparados com colorau e outros ingredientes naturais. 7- Não será utilizado sal refinado nas preparações, o mesmo será substituído por sal de ervas e temperos naturais. 8- Nas refeições de até 1 ano não utilizamos nenhum tipo de sal, somente temperos naturais. 9-Nos messes mais frios os chás serão servidos mornos e os sucos a temperatura ambiente. 10-Os biscoitos serão feitos na escola e quando forem industrializados serão da marca Mãe Terra. 11- Frutas da estação predominantes em Novembro: Abacaxi, acerola, banana, caju, framboesa, laranja, maçã, mamão, manga, maracujá, melancia, melão, nectarina, pêssego e tangerina. 12- Os alimentos devem ser servidos em textura adequada para cada fase de desenvolvimento da criança. 13. Diariamente servimos arroz (50% integral) para crianças que não aceitaram o prato principal.



CARDÁPIO MENSAL – NOVEMBRO 2025



TURMAS JARDIM 2 E 3 (4 a 6 anos) Nutricionista Lorena Schmitt Müller – CRN-10 3492							
Data	Café	Almoço	Lanche	Jantar			
03/11 Seg	Leite zero lactose com café descafeinado; Pão de fubá com nata	Arroz (50% integral) com amaranto; farofa de alho; frango ensopado;	Abacaxi + fruta alt.	Arroz (50% integral); batata rústica (assada com ervas finas); lentilha com louro e alho; ovos			
04/11 Ter	Chá de casca de abacaxi com hortelã da nossa horta; Panquequinha de banana com aveia	Salada de cenoura ralada Feijoadinha (cubinhos de carne suína, batata, cenoura, chuchu); arroz (50% integral); couve mineira refogada; Salada de laranja picadinha	Tangerina s/ semente + fruta alt.	mexidos com cheiro verde Polenta cremosa ao molho sugo; frango enfarofadinho; Salada de tomate com folhinhas de manjericão			
05/11 Qua.	Suco de uva integral; Bolo caseiro com ora-pro-nóbis adoçado com ameixa seca sem caroço	Macarrão parafuso; carne <mark>moída</mark> ao sugo com abobrinha ralada; Salada de brócolis	Melancia + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijão carioca enriquecido com batata salsa; cubinhos de pernil enfarofado;			
06/11 Qui.	Chá de frutas vermelhas; Torradinha com azeite de oliva e orégano;	Purê de batatas; arroz (50% integral); feijão vermelho; <mark>tilápia</mark> assada Salada de beterraba cozida	Maçã + fruta alt.	Macarrão penne; <mark>franguinho</mark> desfiado enriquecido com chuchu e cenoura; Salada de pepino			
07/11 Sex.	Suco de laranja integral; Ovos mexidos com cheiro verde;	Polenta cremosa; <mark>carne</mark> de panela enriquecida com abobrinha e cenoura; Salada de chuchu	Pêssego + fruta alt.	Minestra (feijão com arroz)			
		Final de Semana					
10/11 Seg.	Chá de melissa; Rosquinha de polvilho; Manga + banana	Macarrão parafuso; <mark>carne</mark> moída ao sugo com batata salsa; Salada de couve mineira	Banana + aveia + fruta alt.	Arroz (50% ingteral); feijão carioca enriquecido com chuchu; cubinhos <mark>suíno</mark> enfarofado			
11/11 Ter.	Chocolate quente (leite zero lactose, cacau, canela); Bolo de laranja adoçado com uva passas branca	Arroz (50% integral); feijão vermelho enriquecido com quinoa; omelete de forno com legumes raladinhos (quiabo e abobrinha); Salada de tomate	Abacaxi + fruta alt.	Macarrão spaguetti à fazendinha (cenoura ralada e ervilha); <mark>carne</mark> de panela enriquecida com biomassa Salada de pepino			
12/11 Qua.	Chá de erva doce; Queijo quente (pão fatiado com queijo)	Purê de batata com espinafre; arroz (50% integral); frango ensopadinho Salada de alface + granola salgada (servir separado)	Tangerina s/ semente + fruta alt.	arroz (50% integral feijão preto com batatinhas; ovos mexidos com chia			
13/11 Qui.	logurte natural batido com morango; Broa caseira de fubá;	Arroz (50% integral); farofa crocante; feijão preto; cubinhos de <mark>pernil</mark> suíno acebolado; Salada de ervilha in natura	Nectarina + fruta alt.	Caldeiradinha (arroz, <mark>tilápia</mark> desfiada, batata, chuchu, manjericão, alecrim, cheiro verde)			
14/11 SeX.	Suco de uva integral; Panqueca de espinafre	Polenta cremosa; <mark>iscas</mark> bovinas ao molho com vagem e abóbora Salada de beterraba ralada	Salada de frutas da estação	arroz (50% integral); feijão carioca; <mark>franguinho</mark> aceboladinho			
		Final de Semana					
17/11 Seg.	Chá de capim limão; Pão caseiro com requeijão	Macarrão penne; <mark>carne</mark> moída ensopada com batata salsa; Salada de pepino japonês	Pêssego + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijão preto enriquecido com beterraba; farofa crocante (pão torrado); pvos mexidos com cheiro verde			
18/11 Ter.	Suco de laranja integral; Cuca caseira de banana com farofa adoçada com tâmaras	Legumes à jardineira (abóbora, batata doce, vagem); arroz (50% integral); feijão carioca; cubinhos de <mark>frango</mark> acebolado; Salada de acelga	Melão + fruta alt.	Macarrão caseiro com ora-pro-nóbis; iscas <mark>suínas</mark> ao molho escuro enriquecida com berinjela			
19/11 Qua.	Leite zero lactose com café descafeinado; Ovos mexidos com cheiro verde	Polenta cremosa enriquecida com biomassa; iscas de <mark>carne</mark> bovina com legumes (cenoura, abobrinha); Salada de beterraba	Abacaxi + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijão preto enriquecido com chuchu; frango enfarofado			
		20/11 – Feriado nacional (consciência negra	ř				
21/11 Sex.	Vitamina de mamão (leite zero lactose); Pão de aipim com creme de ricota	Arroz (50% integral); farofa colorida; feijão vermelho; <mark>omelete</mark> com cheiro verde Salada de cenoura	Tangerina s/ semente + fruta alt.	Canja			
		Final de Semana Polenta cremosa; iscas de frango ao molho sugo	Banana +				
24/11 Seg.	Chá de hortelã da nossa horta; Pão de fubá com manteiga ghee	enriquecido com batatas; Salada de alface	aveia + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijão carioca com louro e alho; cubinhos de <mark>suíno</mark> enfarofado			
25/11 Ter.	Chocolate quente (leite zero lactose, cacau, canela em pau); Torradinha com azeite de oliva, queijo e tomate;	Arroz (50% integral); farofa de alho; feijão vermelho; <mark>omelete</mark> de forno com legumes ralados (brócolis, abóbora) e cheiro verde Salada de couve-flor	Tangerina s/ semente + fruta alt.	Purê de batata batata doce; <mark>franguinho</mark> ao molho vermelho com cebola e alho Salada de pepino			
26/11 Qua.	Suco de uva integral; Panquequinha de maçã com canela em pó e aveia;	Nhoque caseiro com espinafre; <mark>carne</mark> moída ensopadinha com abobrinha ralada; Salada de tomate	Melancia + fruta alt.	Feijoadinha			
27/11 Qui.	Chá de frutas vermelhas Bolo de cacau adoçado com ameixa seca	Arroz (50% integral); feijão preto; farofa, <mark>tilápia</mark> assada com alecrim	Maçã + fruta alt.	Arroz carreteiro (arroz 50% integral, cubinhos de carne suína, couve flor, berinjela, tomate, batata doce, cenoura)			
28/11 Sex.	logurte batido com morango; Banana + Granola sem açúcar;	Polenta cremosa enriquecida com biomassa; almôndegas ao sugo Salada de pepino	Salada de frutas da estação	Sopa de feijão (feijão preto, macarrão de letrinhas; abobrinha, vagem, cenoura)			

¹⁻O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores e aceitação das crianças. 2- No lanche da tarde será servido no mínimo 3 opções de frutas. 3- Arroz será servido 50% parabolizado e 50% integral. 4- Não será utilizado açúcar branco, quando houver necessidade, será utilizado mel, tâmaras, uvas passas, açúcar demerara ou mascavo (COM MODERAÇÃO). 5-Nas refeições das crianças de até 2 anos não utilizamos nenhum tipo de açúcar e sucos. 6- Os molhos serão preparados com colorau e outros ingredientes naturais. 7- Não será utilizado sal refinado nas preparações, o mesmo será substituído por sal de ervas e temperos naturais. 8- Nas refeições de até 1 ano não utilizamos nenhum tipo de sal, somente temperos naturais. 9-Nos meses mais frios os chás serão servidos mornos e os sucos a temperatura ambiente. 10-Os biscoitos serão feitos na escola e quando forem industrializados serão da marca Mãe Terra. 11- Frutas da estação predominantes em Novembro: Abacaxi, acerola, banana, caju, framboesa, laranja, maçã, mamão, manga, maracujá, melancia, melão, nectarina, pêssego e tangerina. 12- Os alimentos devem ser servidos em textura adequada para cada fase de desenvolvimento da criança. 13. Diariamente servimos arroz (50% integral) para crianças que não aceitaram o prato principal.