

TURMAS JARDIM 2 E 3 (4 a 6 anos) | Nutricionista Lorena Schmitt Müller – CRN-10|3492

Data	Café da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
02/03 Segunda	Suco de uva integral; Panqueca de maçã com uva passas	Massa caseira com ora-pro-nóbis salteada com cheiro verde da nossa horta, carne moída ao sugo, salada de beterraba ralada	Ameixa + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão carioca enriquecido com abóbora, omelete de forno com cenoura, ervilha e açafrão
03/03 Terça	Leite zero lactose com cacau 100%; Pão fatiado com nata	Arroz (50% integral), feijão vermelho, cubos suínos enfarofado com gergelim torrado, salada de tomate	Pitaya + fruta alt.	Palitos de chuchu rústico (assado com temperos desidratados), macarrão parafuso, carne de panela
04/03 Quarta	Água de coco; Biscoito caseiro	Polenta cremosa, frango ensopado ao sugo com chuchu e abobrinha, salada de pepino	Abacate + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijoada (feijão preto, abóbora, batata salsa, batata inglesa, cubinhos suínos), salada de laranja picada
05/03 Quinta	Chá de erva doce; Bolo de cacau adoçado com ameixa sem caroço	Arroz (50% integral), feijão preto, tilápia assada com alecrim, salada de acelga	Mamão + fruta alt.	Polenta cremosa, carne moída ensopada com batata salsa
06/03 Sexta	iogurte natural batido com banana; Granola sem açúcar	Macarrão parafuso, iscas de frango refogada com cenoura ralada, salada de couve flor	Abacate + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão carioca, farofa de ovos
Final de Semana				
09/03 Segunda	Chá de hortelã; Omelete com gergelim torrado	Arroz (50% integral); legumes à jardineira (chuchu e cenoura) refogado com alho e cebola, carne moída ao molho sugo; salada de ervilha	Melão + fruta alt.	Minestra (feijão preto com arroz)
10/03 Terça	Suco de laranja integral; Bolo de cenoura	Arroz (50% integral), lentilha com batata, ovos mexidos com quinoa e cheiro verde, salada de alface (servir granola salgada opcional)	Manga + fruta alt.	Polenta cremosa com biomassa caseira, frango ensopado ao molho sugo
11/03 Quarta	Leite zero lactose com cacau 100%; Biscoito de polvilho; Uva sem semente	Massa penne com alho crocante, iscas bovinas ao molho escuro acebolado, salada de beterraba cozida	Melancia + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão vermelho, farofa crocante, omelete com abobrinha, salada de vagem
12/03 Quinta	Água de coco; Pão fatiado com ricota	Arroz (50% integral), feijão carioca, iscas suínas enfarofado; salada de tomate	Uva roxa + fruta alt.	Caldeirada (caldo de peixe , arroz, cenoura, batata e manjerição)
13/03 Sexta	Chá de casca de maçã com canela; Cuca caseira de maçã adoçada com uva passas branca	Polenta cremosa, cubos de frango ensopado com quiabo e cheiro verde da nossa horta, salada de pepino	Laranja + fruta alt.	Massa parafuso, feijão preto enriquecido com beterraba, cubos suínos refogado com alho e manjerição
Final de Semana				
16/03 Segunda	Suco de uva integral; Panqueca com chia e açafrão	Purê de batatas, iscas de frango aceboladas, salada de repolho colorido	Maçã + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão preto, batata doce com ovos cozidos e orégano
17/03 Terça	Leite zero lactose com café descafeinado; Pão fatiado com nata	Arroz (50% integral), feijão carioca, iscas suínas enfarofado, salada de tomate	Abacaxi + fruta alt.	Massa penne, carne moída ensopada com cebola e alho, salada de cenoura ralada
18/03 Quarta	Chá de frutas vermelhas; Bolo de laranja	Polenta cremosa com biomassa, carne de panela com alho, cebola, abóbora ralada, salada de pepino	Ameixa + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão carioca enriquecido com abóbora e açafrão, iscas de frango enfarofado
19/03 Quinta	iogurte natural batido com morango; Broa de fubá caseira	Arroz (50% integral), feijão vermelho, tilápia assada; salada de acelga	Uva sem semente + fruta alt.	Polenta cremosa com biomassa caseira, iscas bovinas ao molho acebolado
20/03 Sexta	Suco de abacaxi com hortelã da horta; Queijo quente	Nhoque de ora-pro-nóbis, cubos de frango ensopado, salada de beterraba cozida	Melão + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijoada (feijão preto, abóbora, batata salsa, batata inglesa, cubos suíno), farofa de couve mineira.
Final de Semana				
23/03 Segunda	Chá de hortelã da nossa horta; Rosquinha de polvilho; Melão	Polenta cremosa enriquecida com biomassa caseira, carne moída ao sugo com batata salsa e chuchu, salada de pepino	Manga + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão vermelho, ovos mexidos com ervilha e tomate cereja
24/03 Terça	Água de coco; Pão fatiado com manteiga	Massa parafuso, palitos de cenoura sauté, feijão preto, cubos de carne suína aceboladas, salada de chuchu	Pêssego + fruta alt.	Polenta cremosa ao sugo, cubos de carne com legumes (couve-flor, cenoura, vagem) ao molho escuro
25/03 Quarta	Leite zero lactose com cacau 100%; Cuca caseira de abacaxi com farofa adoçada com uva passas branca	Arroz (50% integral), legumes à jardineira (batata inglesa e abóbora), frango ensopado ao molho sugo, salada de acelga	Morango + fruta alt.	Arroz (50% integral), farofa colorida, feijão vermelho, omelete de forno com abobrinha, tomate e cheiro verde
26/03 Quinta	Suco de laranja integral; Torrada com azeite de oliva e orégano	Purê de batata doce, feijão carioca, iscas suínas enfarofado, salada de tomate	Mamão + fruta alt.	Caldeirada (caldo de peixe , arroz, cenoura, batata e manjerição)
27/03 Sexta	Chá de camomila; Bolo de cacau	Massa caseira com ora-pro-nóbis, carne de panela , salada de brócolis	Laranja + fruta alt.	Minestra (feijão preto com arroz), salada de laranja picada
Final de Semana				
30/03 Segunda	Leite zero lactose com café descafeinado; Biscoito mãe terra ou marca semelhante (zero açúcar); maçã	Massa parafuso com alho, cubos de frango ao sugo, salada de repolho roxo	Uva sem semente + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijoada (feijão preto, abóbora, batata salsa, batata inglesa, cubos suínos), salada de laranja picada
31/03 Terça	Chá de casca de abacaxi com hortelã da nossa horta; Panqueca de banana com canela e uva passas	Arroz (50% integral), farofa de couve mineira, feijão carioca, ovos mexidos com quinoa e cheiro verde, salada de alface (servir separado granola salgada)	Melancia + fruta alt.	Massa penne, carne de panela com batata salsa, salada de tomate

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. 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 Março:** Abacate, abacaxi, ameixa, banana, figo, goiaba, limão, maçã, mamão, melancia, nectarina, pêra, uva, 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.

TURMAS MATERNAL E JARDIM 1 (1,5 anos a 3,5 anos) | Nutricionista Lorena Schmitt Müller – CRN-10 | 3492

Data	Café da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
02/03 Segunda	Suco de uva integral; Panqueca de maçã com uva passas	Massa caseira com ora-pro-nóbis salteada com cheiro verde da nossa horta, carne moída ao sugo, salada de beterraba ralada	Ameixa + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão carioca enriquecido com abóbora, omelete de forno com cenoura, ervilha e açafrão
03/03 Terça	Leite zero lactose com cacau 100%; Pão fatiado com nata	Arroz (50% integral), feijão vermelho, cubos suínos enfarofado com gergelim torrado, salada de tomate	Pitaya + fruta alt.	Palitos de chuchu rústico (assado com temperos desidratados), macarrão parafuso, carne de panela
04/03 Quarta	Água de coco; Biscoito caseiro	Polenta cremosa, frango ensopado ao sugo com chuchu e abobrinha, salada de pepino	Abacate + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijoada (feijão preto, abóbora, batata salsa, batata inglesa, cubinhos suínos), salada de laranja picada
05/03 Quinta	Chá de erva doce; Bolo de cacau adoçado com ameixa sem caroço	Arroz (50% integral), feijão preto, tilápia assada com alecrim, salada de acelga	Mamão + fruta alt.	Polenta cremosa, carne moída ensopada com batata salsa
06/03 Sexta	Iogurte natural batido com banana; Granola sem açúcar	Macarrão parafuso, iscas de frango refogada com cenoura ralada, salada de pepino	Abacate + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão carioca, farofa de ovos
Final de Semana				
09/03 Segunda	Chá de hortelã; Omelete com gergelim torrado	Arroz (50% integral); legumes à jardineira (chuchu e cenoura) refogado com alho e cebola, carne moída ao molho sugo; salada de ervilha	Melão + fruta alt.	Minestra (feijão preto com arroz)
10/03 Terça	Suco de laranja integral; Bolo de cenoura	Arroz (50% integral), lentilha com batata, ovos mexidos com quinoa e cheiro verde, salada de alface (servir granola salgada opcional)	Manga + fruta alt.	Polenta cremosa com biomassa caseira, frango ensopado ao molho sugo
11/03 Quarta	Leite zero lactose com cacau 100%; Biscoito de polvilho; Uva sem semente	Massa penne com alho crocante, iscas bovina ao molho escuro acebolado, salada de beterraba cozida	Melancia + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão vermelho, farofa crocante, omelete com abobrinha, salada de vagem
12/03 Quinta	Água de coco; Pão fatiado com ricota	Arroz (50% integral), feijão carioca, iscas suína enfarofada; salada de tomate	Uva roxa + fruta alt.	Caldeirada (caldo de peixe , arroz, cenoura, batata e manjericão)
13/03 Sexta	Chá de casca de maçã com canela; Cuca caseira de maçã adoçada com uva passas branca	Polenta cremosa, cubos de frango ensopado com quiabo e cheiro verde da nossa horta, salada de pepino	Laranja + fruta alt.	Massa parafuso, feijão preto enriquecido com beterraba, cubos suíno refogado com alho e manjericão
Final de Semana				
16/03 Segunda	Suco de uva integral; Panqueca com chia e açafrão	Purê de batatas, iscas de frango aceboladas, salada de repolho colorido	Maçã + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão preto, batata doce com ovos cozidos e orégano
17/03 Terça	Leite zero lactose com café descafeinado; Pão fatiado com nata	Arroz (50% integral), feijão carioca, iscas suína enfarofada, salada de tomate	Abacaxi + fruta alt.	Massa penne, carne moída ensopada com cebola e alho, salada de cenoura ralada
18/03 Quarta	Chá de frutas vermelhas; Bolo de laranja	Polenta cremosa com biomassa, carne de panela com alho, cebola, abóbora ralada, salada de pepino	Ameixa + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão carioca enriquecido com abóbora e açafrão, iscas de frango enfarofada
19/03 Quinta	Iogurte natural batido com morango; Broa de fubá caseira	Arroz (50% integral), feijão vermelho, tilápia assada; salada de acelga	Uva sem semente + fruta alt.	Polenta cremosa com biomassa caseira, iscas bovinas ao molho acebolado
20/03 Sexta	Suco de abacaxi com hortelã da horta; Queijo quente	Nhoque de ora-pro-nóbis, cubos de frango ensopado, salada de beterraba cozida	Melão + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijoada (feijão preto, abóbora, batata salsa, batata inglesa, cubos suíno), farofa de couve mineira raladinha
Final de Semana				
23/03 Segunda	Chá de hortelã da nossa horta; Rosquinha de polvilho; Melão	Polenta cremosa enriquecida com biomassa caseira, carne moída ao sugo com batata salsa e chuchu, salada de pepino	Manga + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão vermelho, ovos mexidos com ervilha e tomate cereja
24/03 Terça	Água de coco; Pão fatiado com manteiga	Massa parafuso, palitos de cenoura sauté, feijão preto, cubos de carne suína aceboladas, salada de chuchu	Pêssego + fruta alt.	Polenta cremosa ao sugo, cubos de carne com legumes (couve flor, cenoura, vagem) ao molho escuro
25/03 Quarta	Leite zero lactose com cacau 100%; Cuca caseira de abacaxi com farofa adoçada com uva passas branca	Arroz (50% integral), legumes à jardineira (batata inglesa e abóbora), frango ensopado ao molho sugo, salada de acelga	Morango + fruta alt.	Arroz (50% integral), farofa colorida, feijão vermelho, omelete de forno com abobrinha, tomate e cheiro verde
26/03 Quinta	Suco de laranja integral; Torrada com azeite de oliva e orégano	Purê de batata doce, feijão carioca, iscas suína enfarofada, salada de tomate	Mamão + fruta alt.	Caldeirada (caldo de peixe , arroz, cenoura, batata e manjericão)
27/03 Sexta	Chá de camomila; Bolo de cacau	Massa caseira com ora-pro-nóbis, carne de panela , salada de brócolis	Laranja + fruta alt.	Minestra (feijão preto com arroz), salada de laranja picada
Final de Semana				
30/03 Segunda	Leite zero lactose com café descafeinado; Biscoito mãe terra ou marca semelhante (zero açúcar); maçã	Massa parafuso com alho, cubos de frango ao sugo, salada de repolho roxo	Uva sem semente + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijoada (feijão preto, abóbora, batata salsa, batata inglesa, cubos suíno), salada de laranja picada
31/03 Terça	Chá de casca de abacaxi com hortelã da nossa horta; Panqueca de banana com canela e uva passas	Arroz (50% integral), farofa de couve mineira, feijão carioca, ovos mexidos com quinoa e cheiro verde, salada de alface (servir separado granola salgada)	Melancia + fruta alt.	Massa penne, carne de panela com batata salsa, salada de tomate

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. 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 Março:** Abacate, abacaxi, ameixa, banana, figo, goiaba, limão, maçã, mamão, melancia, nectarina, pêra, uva, 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.

TURMAS MATERNAL BABY (6 meses à 1 ano) | Nutricionista Lorena Schmitt Müller – CRN-10|3492

Data	Café da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
02/03 Segunda	Manga amassada/picada+ fruta alternativa	Aletria salteada com cheiro verde da nossa horta, carne moída ao sugo, salada de beterraba ralada	Ameixa amassada / meia lua + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão carioca enriquecido com abóbora, omelete de forno com cenoura, ervilha e açafrão
03/03 Terça	Melancia amassada/em triângulos + fruta alternativa	Arroz (50% integral), feijão vermelho, cubos suíno enfarofado com gergelim torrado	Pitaya amassada / picada + fruta alt.	Palitos de chuchu rústico (assado com temperos desidratados), macarrão parafuso, carne de panela
04/03 Quarta	Maçã raspada/meia lua + fruta alternativa	Polenta cremosa, frango ensopado ao sugo com chuchu e abobrinha	Abacate amassado / em quadrados grandes + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijoada (feijão preto, abóbora, batata salsa, batata inglesa, cubinhos suíno), salada de laranja picada
05/03 Quinta	Manga amassada/em filetes + fruta alternativa	Arroz (50% integral), feijão preto, tilápia assada com alecrim	Mamão amassado / quadrados grande + fruta alt.	Polenta cremosa, carne moída ensopada com batata salsa
06/03 Sexta	Pêssego amassado/meia lua + fruta alternativa	Macarrão conchinha, iscas de frango refogada com cenoura ralada, salada de couve flor	Abacate amassado / quadrados grande + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão carioca, farofa de ovos
Final de Semana				
09/03 Segunda	Melão amassado/quadrados grandes + fruta alternativa	Arroz (50% integral); legumes à jardineira (chuchu e cenoura) refogado com alho e cebola, carne moída ao molho sugo; salada de ervilha	Melão amassado / fatiado + fruta alt.	Minestra (feijão preto com arroz)
10/03 Terça	Ameixa amassada/ meia lua + fruta alternativa	Arroz (50% integral), lentilha com batata, ovos mexidos com quinoa e cheiro verde, salada de alface (servir granola salgada opcional)	Manga amassada / em filetes + fruta alt.	Polenta cremosa com biomassa caseira, frango ensopado ao molho sugo
11/03 Quarta	Abacate com banana amassado/ picados + fruta alternativa	Aletria com alho crocante, iscas bovina ao molho escuro acebolado, salada de beterraba cozida	Melancia amassada / em triângulos + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão vermelho, farofa crocante, omelete com abobrinha, salada de vagem
12/03 Quinta	Pêra raspada/ meia lua + fruta alternativa	Arroz (50% integral), feijão carioca, iscas suína enfarofada	Uva roxa corte vertical + fruta alt.	Caldeirada (caldo de peixe , arroz, cenoura, batata e manjeriço)
13/03 Sexta	Maçã raspada / meia lua + fruta alternativa	Polenta cremosa, cubos de frango ensopado com quiabo e cheiro verde da nossa horta	Laranja em rodela + fruta alt.	Macarrão conchinha, feijão preto enriquecido com beterraba, cubos suíno refogado com alho e manjeriço
Final de Semana				
16/03 Segunda	Manga amassada/ picada + fruta alternativa	Purê de batatas, iscas de frango aceboladas	Maçã raspada / meia lua + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão preto, batata doce com ovos cozidos e orégano
17/03 Terça	Melão amassado / quadrados grandes + fruta alternativa	Arroz (50% integral), feijão carioca, iscas suína enfarofada	Abacaxi cozido amassado / rodela + fruta alt.	Macarrão conchinha, carne moída ensopada com cebola e alho, salada de cenoura ralada
18/03 Quarta	Laranja meia lua + fruta alternativa	Polenta cremosa com biomassa, carne de panela com alho, cebola, abóbora ralada	Ameixa amassada / meia lua + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão carioca enriquecido com abóbora e açafrão, iscas de frango enfarofada
19/03 Quinta	Melancia amassada / em triângulos+ fruta alternativa	Arroz (50% integral), feijão vermelho, tilápia assada	Uva sem semente corte vertical + fruta alt.	Polenta cremosa com biomassa caseira, iscas bovinas ao molho acebolado
20/03 Sexta	Pêssego amassado / meia lua + fruta alternativa	Purê de batatas, cubos de frango ensopado, salada de beterraba cozida	Melão amassado / fatiado + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijoada (feijão preto, abóbora, batata salsa, batata inglesa, cubos suíno), farofa de couve mineira raladinha
Final de Semana				
23/03 Segunda	Melão amassado / quadrados grandes + fruta alternativa	Polenta cremosa enriquecida com biomassa caseira, carne moída ao sugo com batata salsa e chuchu	Manga amassada / em filetes + fruta alt.	Arroz (50% integral), feijão vermelho, ovos mexidos com ervilha e tomate cereja
24/03 Terça	Melancia amassada / em triângulos+ fruta alternativa	Aletria, palitos de cenoura sauté, feijão preto, cubos de carne suína aceboladas, salada de chuchu	Pêssego amassado / meia lua + fruta alt.	Polenta cremosa ao sugo, cubos de carne com legumes (couve flor, cenoura, vagem) ao molho escuro
25/03 Quarta	Abacaxi cozido amassado / em rodela + fruta alternativa	Arroz (50% integral), legumes à jardineira (batata inglesa e abóbora), frango ensopado ao molho sugo	Morango amassado / corte vertical + fruta alt.	Arroz (50% integral), farofa colorida, feijão vermelho, omelete de forno com abobrinha, tomate e cheiro verde
26/03 Quinta	Banana com kiwi amassado / em rodela + fruta alternativa	Purê de batata doce, feijão carioca, iscas suínas enfarofada	Mamão amassado / fatiado + fruta alt.	Caldeirada (caldo de peixe , arroz, cenoura, batata e manjeriço)
27/03 Sexta	Abacate amassado / em quadrados grandes+ fruta alternativa	Macarrão gravatinha, carne de panela , salada de brócolis	Laranja meia lua + fruta alt.	Minestra (feijão preto com arroz), salada de laranja picada
Final de Semana				
30/03 Segunda	Maçã raspada / meia lua+ fruta alternativa	Macarrão conchinha com alho, cubos de frango ao sugo, salada de repolho roxo	Uva sem semente corte vertical + fruta alt.	Arroz (50% integral); feijoada (feijão preto, abóbora, batata salsa, batata inglesa, cubos suíno), salada de laranja picada
31/03 Terça	Mamão amassado / em quadrados grandes + fruta alternativa	Arroz (50% integral), farofa de couve mineira, feijão carioca, ovos mexidos com quinoa e cheiro verde	Melancia amassada / triângulo + fruta alt.	Aletria, carne de panela com batata salsa

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. 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 Março:** Abacate, abacaxi, ameixa, banana, figo, goiaba, limão, maçã, mamão, melancia, nectarina, pêra, uva, 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.