

Cardápio G1, G2 e G3 • Mês: OUTUBRO

Obs.: o cardápio de crianças alérgicas e intolerantes a algum alimento será elaborado individualmente conforme a necessidade; qualquer dúvida, marcar um horário com a nutricionista.

SEGUNDA (05/10) Maçã e mamão formosa Pão de queijo caseiro sem leite e sem glúten	TERÇA (06/10) Banana e manga Carne louca caseira	QUARTA (07/10) Abacaxi e pera Biscoito de arroz com patê de grão de bico e cenoura palito	QUINTA (01/10) Melão e laranja lima Pão francês Integral com frango desfiado	SEXTA (02/10) Melancia e kiwi Bolo de maçã 0% adição de açúcar e sem leite
SEGUNDA (12/10) FERIADO	TERÇA (13/10) Maçã e pera Lanche integral com recheio de pizza	QUARTA (14/10) Melão e laranja lima Brócolis, torrada integral e patê de ovo	QUINTA (08/10) Melancia e maçã Pão de batata 0% adição de açúcar com geleia 100% fruta e queijo	SEXTA (09/10) Melão e laranja Bolo de cenoura 0% adição de açúcar e sem leite DIA DAS CRIANÇAS
SEGUNDA (19/10) Melão e pera Biscoito de arroz com patê de ricota e azeitona preta	TERÇA (20/10) Banana e mamão formosa Lanche natural integral com frango e alface	QUARTA (21/10) Melancia e laranja lima Queijo em cubos e tomate cereja temperado	QUINTA (15/10) Banana e abacate Pão francês integral com queijo e tomate	SEXTA (16/10) Melancia e kiwi Bolo de banana e cacau 0% adição de açúcar e sem leite
SEGUNDA (26/10) Melancia e laranja lima Biscoito de polvilho de batata doce, torrada integral e patê de atum	TERÇA (27/10) Melão e kiwi Pão de mandioquinha 0% adição de açúcar com patê de grão de bico	QUARTA (28/10) Abacaxi e maçã Biscoito de arroz com pasta de feijão branco e ricota	QUINTA (22/10) Maçã e manga Pão carequinha 0% adição de açúcar com geléia 100% fruta e queijo	SEXTA (23/10) Abacaxi e banana Bolo de laranja 0% adição de açúcar e sem leite
			QUINTA (29/10) Banana e pera Buraco quente	SEXTA (30/10) Mamão e pêssego Bolo de chocolate 0% adição de açúcar e sem leite

zero açúcar

sem gordura hidrogenada

sem glutamato monossódico

sem embutidos

Este cardápio foi elaborado para crianças menores de dois anos, seguindo as recomendações da Organização Mundial da Saúde.

- Os pães e recheios são elaborados com o mínimo de química possível, sem realçador de sabor, Ajinomoto e pouca quantidade de sal;
- Todos os bolos são elaborados sem açúcar e serão adoçados com frutas secas como ameixa, uva-passa, banana, damasco, entre outras;

- Utilizamos o queijo fresco e não o requeijão; manteiga só para as crianças que já a consomem em casa;
- Frutas são servidas diariamente;
- Caso a criança não consuma nenhum lanche do dia, temos disponíveis banana e maçã como substitutas e para apoio.



