



Colégio Vicentino Santa Cecília

Cardápio de Nível 1 – 01 a 05 de abril de 2024

DIA	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO e JANTAR	LANCHE
2ª FEIRA	Frutas variadas Leite com chocolate em pó Sanduíche	Feijão / Arroz Isclas de carne Beterraba assada Saladas Alface, Repolho, Brócolis	Frutas Suco de frutas Bolinho de laranja sem glúten
3ª FEIRA	Frutas variadas Suco mix de frutas Bolo de cenoura	Feijão/ Arroz Frango com molho Macarrão Saladas Abobrinha, Tomate e Beterraba com milho	Frutas Suco de Frutas Couve-flor
4ª FEIRA	Chá fresquinho (abacaxi) Frutas variadas Torta de legumes	Feijão / Arroz Ovo mexido Vagem com molho Saladas Chuchu, Cenoura com salsa e mix verde	Frutas Suco de Frutas Creme de abacate com banana ou puro
5ª FEIRA	Frutas variadas Chá fresquinho camomila Pãozinho caseiro com geleia	Feijão / Arroz Carne suína grelhada Seleta de Legumes Salada Rúcula, Tomate e Couve-flor	Frutas Suco de frutas Panquequinhas verdes
6ª FEIRA	Frutas variadas Suco mix de frutas Bolo de abacaxi	Feijão/ Carreteiro Couve com farofa Saladas Cenoura, Pepino, Mix verde	Frutas Suco de Frutas Vagem

O cardápio está sujeito a alterações.

Obs: Importante ingerir almoço de prato colorido diariamente: **Saladas:** **Verde:** alface, brócolis, rúcula, agrião, pepino; **Branca:** repolho, brotos, cebola, couve-flor, batata inglesa; **Vermelha:** tomate salada, tomate cereja; **Roxa:** beterraba ralada, beterraba cozida, rabanete, repolho roxo, alface roxa; **Laranja:** cenoura ralada, cenoura cozida.

*Os alimentos deste cardápio podem variar (sem aviso prévio), permanecendo o mesmo grupo de alimentos.

Nutricionista Cynthia Sá de Souza- CRN2: 2888



Colégio Vicentino Santa Cecília
Cardápio de Maternal - – 01 a 05 de abril de 2024

DIA	LANCHE MANHÃ 8:00	ALMOÇO/ JANTAR 11:00/ 16:00	LANCHE 14:00
2ª FEIRA	Frutas variadas	Feijão / Arroz Isclas de carne Beterraba assada Saladas Alface, Repolho, Brócolis	Frutas Suco de frutas Bolinho de laranja sem glúten
3ª FEIRA	Frutas variadas	Feijão/ Arroz/ Sopa Frango com molho Macarrão Saladas Abobrinha, Tomate e Beterraba com milho	Frutas Suco de Frutas Couve-flor
4ª FEIRA	Frutas variadas	Feijão / Arroz Ovo mexido Vagem com molho Saladas Chuchu, Cenoura com salsa e mix verde	Frutas Suco de Frutas Creme de abacate com banana ou puro
5ª FEIRA	Frutas variadas	Feijão / Arroz/ Sopa Carne suína grelhada Seleta de Legumes Salada Rúcula, Tomate e Couve-flor	Frutas Suco de frutas Panquequinhas verdes
6ª FEIRA	Frutas variadas	Feijão/ Carreteiro Couve com farofa Saladas Cenoura, Pepino, Mix verde	Frutas Suco de Frutas Vagem

O maternal pode receber mamadeira às 13h e 17h, conforme o desejo e solicitação de cada família.

Obs: Importante ingerir almoço de prato colorido diariamente: **Saladas:** **Verde:** alface, brócolis, rúcula, agrião, pepino; **Branca:** repolho, brotos, cebola, couve-flor, batata inglesa; **Vermelha:** tomate salada, tomate cereja;

Roxa: beterraba ralada, beterraba cozida, rabanete, repolho roxo, alface roxa; **Laranja:** cenoura ralada, cenoura cozida.

*Os alimentos deste cardápio podem variar (sem aviso prévio), permanecendo o mesmo grupo de alimentos.

Nutricionista Cynthia Sá de Souza- CRN2: 2888



Colégio Vicentino Santa Cecília

Cardápio do Contraturno (de nível 3 a 5º ano do ensino fundamental) - 01 a 05 de abril de 2024

DIA	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO
2ª FEIRA	Frutas variadas Leite com chocolate em pó Sanduíche	Feijão / Arroz Isclas de carne Beterraba assada Saladas Alface, Repolho, Brócolis
3ª FEIRA	Frutas variadas Suco mix de frutas Bolo de cenoura	Feijão/ Arroz Frango com molho Macarrão Saladas Abobrinha, Tomate e Beterraba com milho
4ª FEIRA	Chá fresquinho (abacaxi) Frutas variadas Torta de legumes	Feijão / Arroz Ovo mexido Vagem com molho Saladas Chuchu, Cenoura com salsa e mix verde
5ª FEIRA	Frutas variadas Chá fresquinho camomila Pãozinho caseiro com geleia	Feijão / Arroz Carne suína grelhada Seleta de Legumes Salada Rúcula, Tomate e Couve-flor
6ª FEIRA	Frutas variadas Suco mix de frutas Bolo de abacaxi	Feijão/ Carreteiro Couve com farofa Saladas Cenoura, Pepino, Mix verde

Oferecemos sobremesa após o almoço, 3 vezes na semana.

Saladas: **Verde:** alface, brócolis, rúcula, agrião, pepino; **Branca:** repolho, brotos, cebola, couve-flor, batata inglesa; **Vermelha:** tomate salada, tomate cereja;

Roxa: beterraba ralada, beterraba cozida, rabanete, repolho roxo, alface roxa; **Laranja:** cenoura ralada, cenoura cozida.

*Os alimentos deste cardápio podem variar (sem aviso prévio), permanecendo o mesmo grupo de alimentos.

Nutricionista Cynthia Sá de Souza- CRN2: 2888

Colégio Vicentino Santa Cecília
Cardápio de Berçário - 01 a 05 de abril de 2024

DIA	LANCHE MANHÃ 8:00	ALMOÇO Sopinha para os menores de 9 meses 11:00 *Sem sal	LANCHE 13h e 14h	JANTAR 16:00 *Sem sal
2ª FEIRA	Frutas	Feijão amassado/ Arroz Papa Sopinha com frango, cenoura, batata e couve-flor. Ovo cozido	13h- Leite 14h- Frutas	Idem almoço
3ª FEIRA	Frutas	Feijão amassado/ Arroz papa Sopinha com Carne moída, cenoura, brócolis e batata doce.	13h- Leite 14h- Frutas	Idem almoço
4ª FEIRA	Frutas	Feijão amassado/ Arroz papa Sopinha com Iscas de frango, Moranga, couve e chuchu. Ovo cozido	13h- Leite 14h- Frutas	Idem almoço
5ª FEIRA	Frutas	Feijão amassado/ Arroz Papa Sopinha com carne, abobrinha, batata e couve-flor. Ovo cozido	13h- Leite 14h- Frutas	Idem almoço
6ª FEIRA	Frutas	Feijão amassado/ Arroz papa Sopinha com frango, cenoura, batata doce e couve. Ovo cozido	13h- Leite 14h- Frutas	Idem almoço

Oferecemos 3 graduações de sopas: **Sopa 1: somente legumes. Sopa 2: legumes+ carne+cereais, Sopa 3: se acrescenta verduras na sopa 2.**

No berçário oferecemos apenas o caldo do feijão sem tempero. O arroz é bem cozido. A sopa é bem amassada ou peneirada, de acordo com as idades.

O alimento oferecido ao bebê segue de acordo com receitas pediátricas e entrevista inicial com a nutricionista. Cardápio sujeito a alterações de acordo com cada bebê e safra.