



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 Chá fresquinho (chá da horta) Canapés com pastinha caseira	Feijão / Arroz Picadinho de carne Couve refogada Saladas Alface e chuchu com ovos, brócolis	Frutas Suco de frutas Batata doce cozida
3ª FEIRA	Frutas variadas Suco mix de frutas Bolo de laranja	Feijão/ Arroz Carne suína no forno Batata doce Saladas Alface, Tomate e Cenoura	Frutas Suco de Frutas Brócolis
4ª FEIRA	Chá fresquinho (abacaxi) Frutas variadas Empadão	Feijão / Arroz Frango ao molho Macarrão Saladas Chuchu, Beterraba e mix verde	Frutas Suco de Frutas Bolinho de aveia
5ª FEIRA	Frutas variadas Chá fresquinho (maçã) Pãozinho caseiro e complementos	Feijão / Arroz Carne moída com batata e cenoura Saladas Alface e Tomate, brócolis	Frutas Suco de frutas Tomatinho cereja
6ª FEIRA	Frutas variadas Suco mix de frutas Bolo de maçã	Feijão/ Arroz Frango assado Polenta cremosa Saladas Batata com milho e ervilha, Mix verde	Frutas Suco de Frutas Pãozinho de beterraba

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 11:00	LANCHE
2ª FEIRA	Frutas variadas	Feijão / Arroz Picadinho de carne Couve refogada Saladas Alface e chuchu com ovos, brócolis	Frutas Suco de frutas Batata doce cozida
3ª FEIRA	Frutas variadas	Feijão/ Arroz / Sopa Carne suína no forno Batata doce Saladas Alface, Tomate e Cenoura	Frutas Suco de Frutas Brócolis
4ª FEIRA	Frutas variadas	Feijão / Arroz Frango ao molho Macarrão Saladas Chuchu, Beterraba e mix verde	Frutas Suco de Frutas Bolinho de aveia
5ª FEIRA	Frutas variadas	Feijão / Arroz / Sopa Carne moída com batata e cenoura Saladas Alface e Tomate, brócolis	Frutas Suco de frutas Tomatinho cereja
6ª FEIRA	Frutas variadas	Feijão/ Arroz Frango assado Polenta cremosa Saladas Batata com milho e ervilha, Mix verde	Frutas Suco de Frutas Pãozinho de beterraba

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 Chá fresquinho (chá da horta) Canapés com pastinha caseira	Feijão / Arroz Picadinho de carne Couve refogada Saladas Alface e chuchu com ovos, brócolis
3ª FEIRA	Frutas variadas Suco mix de frutas Bolo de laranja	Feijão/ Arroz Carne suína no forno Batata doce Saladas Alface, Tomate e Cenoura
4ª FEIRA	Chá fresquinho (abacaxi) Frutas variadas Empadão	Feijão / Arroz Frango ao molho Macarrão Saladas Chuchu, Beterraba e mix verde
5ª FEIRA	Frutas variadas Chá fresquinho (maçã) Pãozinho caseiro e complementos	Feijão / Arroz Carne moída com batata e cenoura Saladas Alface e Tomate, brócolis
6ª FEIRA	Frutas variadas Suco mix de frutas Bolo de maçã	Feijão/ Arroz Frango assado Polenta cremosa Saladas Batata com milho e ervilha, 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.