

## CARDÁPIO DE INVERNO - COLÉGIO CONEXÃO KIDS - CM - 2024 JUNHO

NÍVEL III, IV, V E FUNDAMENTAL I

### 1º SEMANA

	Segunda-feira 03	Terça-feira 04	Quarta-feira 05	Quinta-feira 06	Sexta Feira 07
<b>Lanche da Manhã</b>	Pãozinho de Leite com Requeijão ou Geleia de Morango	Torta Salgada de Frango com Legumes + Biscoito de Polvilho	Cereal Matinal	Bolo de Cenoura	Bolinho de Chuva
	Suco de Acerola	Suco de Uva	Leite com Chocolate	Suco de Abacaxi	Chá Mate Quentinho
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Prato Base</b>	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca
<b>Prato Principal + Acompanhamento</b>	Ovo "Gordinho" + Macarrão ao Molho Sugo com Manjeriçã	Carne de Panela + Sopa de Batata com Legumes	Frango Assado + Polenta Cremosa com Molho de Tomate	Carne Moída com Batata + Farofa de Legumes	Estrogonoffe de Carne + Batata Palha
<b>Saladas</b>	Cenoura Ralada + Couve Picadinha	Beterraba Cozida + Alface + Tomate	Repolho com Cenoura Ralada + Alface	Pepino Japonês + Almeirão Picadinho	Tomate + Cenoura Cozida + Alface
<b>Lanche da Tarde</b>	Pãozinho de Leite com Requeijão ou Doce de Leite	Pão Sandubinha com Ovo Mexido + Biscoito de Polvilho	Cereal Matinal	Bolo de Cenoura	Bolinho de Chuva
	Suco de Abacaxi	Suco de Uva	Leite com Chocolate	Chá Mate Quentinho	Suco de Maracujá
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas



**Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel**

**CRN 5180**

**CARDÁPIO DE INVERNO - COLÉGIO CONEXÃO KIDS - CM - 2024 JUNHO**

**NÍVEL III, IV, V E FUNDAMENTAL I**

**2° SEMANA**

	<b>Segunda-feira 10</b>	<b>Terça-feira 11</b>	<b>Quarta-feira 12</b>	<b>Quinta-feira 13</b>	<b>Sexta Feira 14</b>
<b>Lanche da Manhã</b>	Pão de Leite Fatiado + Requeijão ou Mel + Biscoito de Polvilho	Bolo Mesclado (Baunilha + Chocolate)	Crepioca Recheada com Queijo Mussarela	Pão Francês + Ovo Mexido	Mini Pão de Queijo
	Suco de Abacaxi	Suco de Acerola	Chá Mate Quentinho	Leite com Chocolate	Suco de Uva
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Prato Base</b>	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca
<b>Prato Principal + Acompanhamento</b>	Ovo Mexido + Macarrão Parafuso ao Molho Sugo com Ora-pro-nobis	Pernil de Panela + Batata Gratinada	Carne de Panela + Sopa de Mandioca com Legumes	Frango ao Molho + Polenta Cremosa	Carne Moída Refogada + Creme de Milho
<b>Salada</b>	Alface + Tomate Picadinho	Pepino Japonês + Cenoura Ralada	Beterraba Cozida + Acelga Picadinha	Cenoura Cozida em Palitinhos + Tomate Picadinho	Tomate + Pepino Picadinhos
<b>Lanche da Tarde</b>	Crepioca Recheada com Queijo Mussarela	Bolo Mesclado (Baunilha + Chocolate)	Pão Sandubinha + Ovo Mexido	Pão Francês + Doce de Uva ou Morango / Requeijão	Mini Pão de Queijo
	Leite com Chocolate	Suco de Abacaxi	Suco de Uva	Suco de Acerola	Chá Mate Quentinho
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas



**Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel**

**CRN 5180**

## CARDÁPIO DE INVERNO - COLÉGIO CONEXÃO KIDS - CM - 2024 JUNHO

### NÍVEL III, IV, V E FUNDAMENTAL I

#### 3ª SEMANA

	Segunda-feira 17	Terça-feira 18	Quarta-feira 19	Quinta-feira 22	Sexta Feira 21
<b>Lanche da Manhã</b>	Pão de Leite Fatiado + Ovo Mexido	Bolo de Fubá	Panqueca Americana com Mel ou Geleia de Morango	Pão Sandubinha com Queijo Mussarela + Biscoito de Polvilho	Pizza Caseira Napolitana (molho de tomate + queijo mussarela + tomate + orégano)
	Chá Mate Quentinho	Suco de Acerola	Suco de Abacaxi	logurte de Morango	Suco de Limão
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Prato Base</b>	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca
<b>Prato Principal + Acompanhamento</b>	Ovo Cozido Picadinho + Macarrão ao Alho e Óleo	Bisteca Suína Assada + Mandioca Cozida	Carne Moída ao Molho Sugo + Sopa de Feijão com Legumes	Frango ao Molho Turbinado + Polenta Cremosa	Macarronada Turbinada de Carne Moída com Legumes (Abóbora Cabotiá + Cebola + Tomate + Beterraba)
<b>Saladas</b>	Tomate + Cenoura Ralada	Alface + Pepino Japonês	Tomate + Cenoura Ralada	Beterraba Cozida + Almeirão	Alface + Tomate + Brócolis
<b>Lanche da Tarde</b>	Pão Sandubinha com Queijo Mussarela + Biscoito de Polvilho	Bolo de Fubá	Panqueca Americana com Mel ou Geleia de Morango	Pão de Leite Fatiado com Patê de Frango (com semente de girassol) + Pipoca	Pizza Caseira Napolitana (molho de tomate + queijo mussarela + tomate + orégano)
	Suco de Uva	Suco de Acerola	Suco de Abacaxi	logurte de Morango	Suco de Limão
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas



**Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel**

**CRN 5180**

## CARDÁPIO DE INVERNO - COLÉGIO CONEXÃO KIDS - CM - 2024 JUNHO

### NÍVEL III, IV, V E FUNDAMENTAL I

#### 4° SEMANA

	Segunda-feira 24	Terça-feira 25	Quarta-feira 26	Quinta-feira 27	Sexta Feira 28
Lanche da Manhã	Pão de Leite com Requeijão ou Doce de Uva + Pipoca	Torta de Carne Moída + Milho Verde com Amaranto	Bolo de logurte Natural com Laranja	Pão de Queijo	Bolo de Chocolate
	Leite com Chocolate	Suco de Abacaxi com Couve	Suco de Acerola	Suco de Maracujá	Suco de Uva
	Frutas	Frutas			Frutas
Prato Base	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca
Prato Principal + Acompanhamento	Ovo Mexido + Macarrão Parafuso ao Alho e Óleo	Pernil ao Molho Sugo + Quirera Cremosa	Carne de Panela + Farofa de Cenoura, Couve e Milho	Carne Moída Refogada + Berinjela a Milanese	Cubos de Frango com Molho de Tomate + Purê de Batata
Salada	Cenoura Ralada+ Tomate + Alface	Pepino Japonês + Cenoura Cozida	Beterraba Cozida + Acelga	Tomate Picadinho + Alface	Couve Picadinha + Beterraba Cozida
Lanche da Tarde	Pão Sandubinha com Queijo Mussarela + Biscoito de Polvilho	Torta de Carne Moída + Milho Verde com Amaranto	Bolo de logurte Natural com Laranja	Pão de Queijo	Bolo de Chocolate
	Leite com Chocolate	Suco de Abacaxi com Couve	Suco de Maracujá	Suco de Acerola	Suco de Uva
	Frutas	Frutas			Frutas



**Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel**

**CRN 5180**