

**Escola de Educação Infantil Kairós**

Cardápio referente ao mês de Janeiro de 2021\*

Refeição	Segunda 04/01	Terça 05/01	Quarta 06/01	Quinta 07/01	Sexta 08/01
<b>ALMOÇO</b>	Arroz Feijão Frango Refogado com Legumes  Mamão Suco de Laranja	Arroz Feijão Carne Cozida Salada de Couve Flor  Manga Suco de Maracujá	Arroz Feijão Omelete de Cenoura  Banana Suco de Cenoura	Macarrão ao Sugo  Carne Assada Salada de Alface  Melancia Suco de Morango	Arroz Feijão Picadinho de Frango com Legumes  Gelatina Bicolor Suco de Caju
<b>JANTAR</b>	Canja  Uva sem Semente Suco de Melão	Arroz de Forno com Carne e Legumes  Pêra Limonada	Sopa de Feijão com Batata  Laranja Suco de Uva	Macarrão na Manteiga  Carne Desfiada Salada de Escarola  Maçã Suco Laranja c/Mamão	Creme de Legumes com Mandioquinha  Gelatina Bicolor Suco de Pêssego

\*Este cardápio pode sofrer alterações

Qualquer dúvida ou sugestão entrar em contato

☎ 26848402

Dra. Cristiane Rodrigues Hidalgo

Nutricionista CRN 3 13.834

[crishnutri@yahoo.com.br](mailto:crishnutri@yahoo.com.br)

**Escola de Educação Infantil Kairós**

Cardápio referente ao mês de Janeiro de 2021\*

Refeição	Segunda 11/01	Terça 12/01	Quarta 13/01	Quinta 14/01	Sexta 15/01
<b>ALMOÇO</b>	Arroz Feijão Carne em Cubos com Vagem  Abacate Suco de Manga	Arroz Feijão Fricassê de Frango com Cenoura  Maçã Suco de Maracujá	Arroz Feijão Hamburguer de Carne com Legumes  Melão Suco de Goiaba	Macarronada com Frango  Salada de Maionese  Pêra Suco de Pêssego	Arroz Feijão Cação ao Molho Salada de Alface e Tomate  Doce de Banana Suco de Laranja
<b>JANTAR</b>	Arroz Carne Ensopada com Legumes  Pêra Suco de Maçã	Creme de Ervilha  Banana Suco de Acerola	Arroz Carne Moída com Repolho  Mamão Suco de Laranja	Sopa de Frango com Legumes e Macarrão  Maçã Suco Abacaxi c/Hortelã	Arroz de Verão (com legumes) Ovo Mexido  Doce de Banana Suco de Uva

\*Este cardápio pode sofrer alterações

Qualquer dúvida ou sugestão entrar em contato

☎ 26848402

Dra. Cristiane Rodrigues Hidalgo

Nutricionista CRN 3 13.834

[crishnutri@yahoo.com.br](mailto:crishnutri@yahoo.com.br)

**Escola de Educação Infantil Kairós**

Cardápio referente ao mês de Janeiro de 2021\*

Refeição	Segunda 18/01	Terça 19/01	Quarta 20/01	Quinta 21/01	Sexta 22/01
<b>ALMOÇO</b>	Arroz Feijão Isca de Frango Couve Refogada	Arroz Feijão Ovo Frito com queijo Salada de Beterraba	Arroz Feijão Bife à Rolê Salada de Alface	Panqueca Colorida de Frango  Salada de Pepino	Arroz Feijão Carne de Panela Chuchu Refogado
	Laranja Suco de Pêssego	Uva sem Semente Suco de Laranja	Pêra Suco de Melancia	Banana Suco de Tangerina	Salada de Frutas Limonada
<b>JANTAR</b>	Sopa de Feijão com Macarrão	Arroz Frango Xadrez Salada de Brócolis	Sopa de Carne com Legumes e Batata Doce	Panqueca de Frango  Legumes Cozidos	Creme de Mandioquinha
	Maçã Suco de Caju	Banana Suco de Abacaxi	Manga Suco de Morango	Mamão Suco de Uva	Salada de Frutas Suco de Laranja

\*Este cardápio pode sofrer alterações

Qualquer dúvida ou sugestão entrar em contato

☎ 26848402

Dra. Cristiane Rodrigues Hidalgo

Nutricionista CRN 3 13.834

[crishnutri@yahoo.com.br](mailto:crishnutri@yahoo.com.br)

**Escola de Educação Infantil Kairós**

Cardápio referente ao mês de Janeiro de 2021\*

Refeição	Segunda 25/01	Terça 26/01	Quarta 27/01	Quinta 28/01	Sexta 29/01
<b>ALMOÇO</b>	<b>F E R I A D O</b>	Arroz Feijão Escondidinho de Frango Salada de Alface	Arroz Feijão Carne Moída com Batata Doce Abobrinha Refogada	Macarrão Alho Óleo  Filé de Frango Salada de Rúcula com Tomate Cereja	Arroz Feijão Carne Refogada com Legumes
<b>JANTAR</b>		Abacaxi Suco de Uva	Maçã Suco de Laranja	Banana Suco de Melão	Pudim de Chocolate Suco de Maçã
		Creme de Abóbora com Frango	Arroz Quibe Assado Salada de Acelga	Sopa de Legumes com Mandioca	Risoto de Carne com Cenoura
		Melão Suco de Pêssego	Mamão Suco de Maracujá	Uva sem Semente Suco de Manga	Pudim de Chocolate Suco de Laranja

\*Este cardápio pode sofrer alterações

Qualquer dúvida ou sugestão entrar em contato

☎ 26848402

Dra. Cristiane Rodrigues Hidalgo

Nutricionista CRN 3 13.834

[crishnutri@yahoo.com.br](mailto:crishnutri@yahoo.com.br)