







# Cardápio Setembro

## Infantil

### - Botafogo -

Os cardápios mensais estão também disponíveis no site da escola –  
[www.liessin.com.br](http://www.liessin.com.br)  
Para contato com a nutricionista, ligue para 2495- 5403 ou use o  
e-mail: nutricionista@liessin.com.br

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>Refeições</b>				01/09	02/09
<b>Colação</b> 				Suco de pêssego	Suco de melão com laranja
				Biscoito polvilho Mamão/maçã	Biscoito passatempo Abacaxi/banana
<b>Salada</b> 				Alface, tomate Milho com ervilha Legumes	Alface crespa, tomate Couve-flor e Cenoura com salsa
<b>Prato Principal e Guarnição</b> 				Filezinho de frango grelhado	Isquinhas de peixe à milanesa
				Batatinha ao forno Bertalha refogada	Arroz de brócolis Legumes refogados
<b>Sobremesa</b> 				Melancia / Maçã	Uva / Salada de Frutas
<b>Suco</b> 				Laranja / Caju	Limão / Laranja
<b>Lanche</b> 				Suco de caju Bolo Uva/banana	iogurte Cereal Banana/maçã


	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
	05/09	06/09	07/09	08/09	09/09
	Suco de Tangerina	Suco de laranja	Feriado	Suco de maracujá	Suco de uva
	Cream Cracker Manga/maçã	Biscoito de coco Melão/banana	Feriado	Biscoito queijinho Mamão/banana	Biscoito leite maltado Melancia / maçã
	Alface, tomate Beterraba Repolho	Alface romana, tomate Brócolis com tomate cereja e mandioquinha Abobrinha	Feriado	Alface crespa, tomate Abóbora com salsa Legumes	Alface americana, tomate Salada de macarrão integral Cenoura ralada
	Cubinhos de carne ensopada	Cubinhos de peixe à milanesa	Feriado	Franguinho desfiado	Carne moída
	Batata cozida Ervilha	Macarrão ao sugo Chuchu refogado	Feriado	Arroz colorido Couve-flor refogada	Purê de batata Repolho refogado
	Melão / Pera	Maçã / Mamão	Feriado	Mamão / Melancia	Uva / Salada de Frutas
	Abacaxi / Tangerina	Uva / Manga	Feriado	Laranja / Acerola	Caju / Mate
	Suco de uva Pão de queijo Pera/maçã	Suco de soja Pão integral com requeijão Uva/banana	Feriado	Mate Bolo Goiaba/maçã	iogurte Cereal Banana/maçã


# Cardápio Setembro


## Infantil


### - Botafogo -


Os cardápios mensais estão também disponíveis no site da escola – [www.liessin.com.br](http://www.liessin.com.br)  
Para contato com a nutricionista, ligue para 2495- 5403 ou use o e-mail: [nutricionista@liessin.com.br](mailto:nutricionista@liessin.com.br)


	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Refeições	12/09	13/09	14/09	15/09	16/09
<b>Colação</b> 	Suco de manga	Suco de pêssego	Suco de acerola com laranja	Suco de uva	Suco de mamão com laranja
	Biscoito integral Mamão/maçã	Biscoito Maria Abacaxi/banana	Biscoito drink Melancia/maçã	Biscoito rosquinha de leite Manga/banana	Biscoito água e sal Melão/maçã


<b>Salada</b> 	Alface romana, tomate Batata Vagem com orégano	Alface, tomate Salada de berinjela Beterraba	Alface americana, tomate Grega (tomate, queijo minas e orégano) Chuchu com passas	Alface crespa, tomate Salada de batata Pepino	Alface, tomate Couve-flor e Brócolis Legumes
--	--	--	---	---	--


<b>Prato Principal e Guarnição</b> 	Filezinho de frango grelhado	Bolo de batata com carne moída	Filezinho de peixe à doré	Coxinhas de frango assadas	Cubinho de carne ensopada
	Creme de milho Ervilha fresca	Arroz de forno Bertalha com ovos	Quiche de queijo minas Brócolis refogado	Farofa Quiabo refogado	Purê de batata Cenoura refogada


<b>Sobremesa</b> 	Melancia / Banana	Uva / Goiaba	Picolé de frutas/ Maçã	Banana / Mamão	Salada de frutas
---	-------------------	--------------	------------------------	----------------	------------------


<b>Suco</b> 	Tangerina / Limão	Maracujá / Pêssego	Uva / Manga	Laranja / Acerola	Limão / Caju
--	-------------------	--------------------	-------------	-------------------	--------------


<b>Lanche</b> 	Leite com café Mini francês com queijo minas Goiaba/banana	Suco de soja Croissant integral de quatro queijos Pera/maçã	Leite com chocolate Sanduiche quero mais (ricota com requeijão e pão coió) Kiwi/banana	Suco de uva Bolo Uva/maçã	logurte Cereal Banana/maçã
--	--	---	--	---------------------------	----------------------------


	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Refeições	19/09	20/09	21/09	22/09	23/09
<b>Colação</b> 	Suco de abacaxi	Suco de laranja com melão	Suco de acerola com laranja	Suco de tangerina	Suco de maracujá
	Biscoito salgadinho Mamão/maçã	Biscoito leite e mel Manga/banana	Biscoito repetisco Melão/maçã	Biscoito maisena Melancia/banana	Biscoito mini gergelim Abacaxi/maçã

<b>Salada</b> 	Alface crespa, tomate Legumes Beterraba	Alface, tomate Salada de batata doce salsa Cenoura baby	Alface americana, tomate Salada de batata baroa Espinafre com queijo prato e ovos cozidos	Alface romana, tomate Batata bolinha com orégano Quiabo	Alface, tomate Repolho bicolor Vagem
--	---	---	---	---	--------------------------------------

<b>Prato Principal e Guarnição</b> 	Isquinhas de carne grelhada	Coxinhas de frango assadas	Isquinhas de peixe à milanesa	Carne assada	Isquinhas de frango assadas
	Aipim cozido Acelga refogada	Farofa e vagem refogada	Purê de batata com milho e mussarela Couve- flor refogada	Macarrão ao sugo Abóbora refogada	Batata ao forno Grão de bico com cenoura

<b>Sobremesa</b> 	Maçã /Melancia	Mamão papaia/ Pera	Banana / Melão	Abacaxi / Uva	Pera / Maçã
---	----------------	--------------------	----------------	---------------	-------------

<b>Suco</b> 	Manga / Uva	Maracujá / Mate	Uva / Tangerina	Caju / Goiaba	Laranja / Acerola
--	-------------	-----------------	-----------------	---------------	-------------------







<b>Lanche</b> 	Leite com chocolate Torradinha com geleia Pera/banana	Suco de pêssego Burecas de requeijão Goiaba/maçã	Suco de soja Croissant de queijo Pera/banana	logurte Cereal Banana/maçã	Aniversariantes do Mês
--	---	--	--	----------------------------	------------------------

# Cardápio Setembro

## Infantil

### - Botafogo -

Os cardápios mensais estão também disponíveis no site da escola – [www.liessin.com.br](http://www.liessin.com.br)  
Para contato com a nutricionista, ligue para 2495- 5403 ou use o e-mail: [nutricionista@liessin.com.br](mailto:nutricionista@liessin.com.br)

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Refeições	26/09	27/09	28/09	29/09	30/09
<b>Colação</b> 	Suco de caju	Suco de pera com laranja	Suco de laranja	Feriado	Feriado
	Biscoito salgado Melão/maçã	Biscoito rosquinha de leite Manga/banana	Biscoito polvilho Melancia/maçã	Feriado	Feriado
<b>Salada</b> 	Alface, tomate Couve-flor Beterraba	Alface crespa, tomate Salada de batata com cenoura Pepino	Alface romana, tomate Legumes Caldo de frango com cabelinho de anjo	Feriado	Feriado
<b>Prato Principal e Guarnição</b> 	Bifinhos grelhados	Cubinhos de frango assado	Salmão assado	Feriado	Feriado
	Macarrão Legumes refogados	Farofa Milho em espiga	Vareniks Cenoura refogada	Feriado	Feriado
<b>Sobremesa</b> 	Melão / Melancia	Salada de frutas / Pera	Strudel de maçã/ Uva	Feriado	Feriado
<b>Suco</b> 	Manga / Maçã	Mate / Tangerina	Caju / Uva	Feriado	Feriado
<b>Lanche</b> 	Leite com chocolate Coió com polenguinho Pera/banana	Suco de uva Pão de queijo Goiaba/maçã	Saída antecipada	Feriado	Feriado

São servidos feijão e arroz diariamente. Só servimos sucos de polpas de frutas.  
Servimos papinha de legumes e caldinho de feijão para o maternalzinho, arroz integral diariamente.