







Cardápio Setembro

Maternal

- Botafogo -

Os cardápios mensais estão também disponíveis no site da escola –
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
Refeições				01/09	02/09
Colação 				Suco de pêssego	Suco de melão com laranja
				Biscoito polvilho Mamão/maçã	Biscoito passatempo Abacaxi/banana
Salada 				Alface, tomate Milho com ervilha e legumes	Alface crespa, tomate Couve-flor Cenoura com salsa
Prato Principal e Guarnição 				Filezinho de frango grelhado	Isquinhas de peixe ensopado
				Batatinha ao forno Bertalha refogada Papa de batata com bertalha	Arroz de brócolis Legumes refogados Papa de legumes
Sobremesa 				Melancia / Maçã	Uva / Salada de Frutas
Suco 				Laranja / Caju	Limão / Laranja
Lanche 				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 ensopado	Feriado	Franguinho desfiado	Carne moída
Batata cozida Ervilha Papa de batata	Macarrão ao sugo Chuchu refogado Papa de chuchu	Feriado	Arroz colorido Couve-flor refogada Papa de couve-flor	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


Maternal


- Botafogo -

Os cardápios mensais estão também disponíveis no site da escola – 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
Refeições	12/09	13/09	14/09	15/09	16/09
Colação 	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

Salada 	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
Prato Principal e Guarnição 	Filezinho de frango grelhado	Bolo de batata com carne moída	Filezinho de peixe assado	Coxinhas de frango assadas	Cubinhos de carne ensopada
	Creme de milho Ervilha fresca	Arroz de forno Bertalha com ovos Papa de bertalha	Quiche de queijo minas Brócolis refogado Papa de brócolis com cenoura	Farofa Quiabo refogado Papa de inhame	Purê de batata Cenoura refogada
Sobremesa 	Melancia/Banana	Uva / Goiaba	Picolé de frutas	Banana / Mamão	Salada de frutas / Uva
Suco 	Tangerina / Limão	Maracujá / Pêssego	Uva / Manga	Laranja / Acerola	Limão / Caju

Lanche 	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 coído) Kiwi/banana	Suco de uva Bolo Uva/maçã	Iogurte Cereal Banana/maçã
--	--	---	---	---------------------------	----------------------------

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Refeições	19/09	20/09	21/09	22/09	23/09
Colação 	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

Salada 	Alface crespa, tomate Legumes Beterraba	Alface, tomate Salada de batata doce com salsa Cenoura baby	Alface americana, tomate Batata baroa Espinafre com queijo prato e ovos cozidos	Alface romana, tomate Batata bolinha com orégano Quiabo	Alface, tomate Repolho bicolor Vagem
Prato Principal e Guarnição 	Isquinhas de carne grelhada	Coxinhas de frango assadas	Isquinhas de peixe assadas	Carne assada	Isquinhas de frango grelhado
	Aipim cozido Acelga refogada Papa de aipim	Farofa e vagem refogada Papa de legumes	Purê de batata com milho e mussarela Couve-flor refogada Papa de couve-flor	Macarrão ao sugo Abóbora refogada Papa de abóbora	Batata ao forno Grão de bico com cenoura Papa de batata com cenoura
Sobremesa 	Maçã / Melancia	Mamão papaia/ Pera	Banana / Melão	Abacaxi / Uva	Pera / Maçã
Suco 	Manga / Uva	Maracujá / Mate	Uva / Tangerina	Caju / Goiaba	Laranja / Acerola







Lanche 	Leite com chocolate Torradinha com geleia Pera/banana	Suco de pêssego Burreca de requeijão Goiaba/maçã	Suco de soja Croissant de queijo Pera/banana	Iogurte Cereal Banana/maçã	Aniversariantes do Mês
--	---	--	--	----------------------------	------------------------

Cardápio Setembro

Maternal

- Botafogo -

Os cardápios mensais estão também disponíveis no site da escola – 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
Refeições	26/09	27/09	28/09	29/09	30/09
Colação 	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
Salada 	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
Prato Principal e Guarnição 	Bifinhos grelhados	Cubinhos de frango assado	Salmão assado	Feriado	Feriado
	Macarrão Legumes refogados Papa de legumes	Farofa Milho em espiga Papa de milho	Vareniks Cenoura refogada Papa de cenoura	Feriado	Feriado
Sobremesa 	Melão / Melancia	Salada de frutas / Pera	Strudel de maçã/ Uva	Feriado	Feriado
Suco 	Manga / Maçã	Mate / Tangerina	Caju / Uva	Feriado	Feriado
Lanche 	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.