



Centro Educacional Castelo

Passar o dia na escola é divertido!

Pensando no desenvolvimento do aluno o CEC oferece também opção de período integral. No período da tarde os alunos frequentam aula normal e pela manhã a partir de 2 anos de idade entram no mundo da imaginação, com jogos, oficinas e muitas brincadeiras, além do atendimento pedagógico nas lições de casa.

Cardápio – CRN 2021

Raphaela Reis Nutricionista 4 ES 10100278

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
15/03	16/03	17/03	18/03	19/03
Almoço				
Salada de Tomate e Pepino, cenoura ralada e repolho. Macarrão com Almôndegas ao molho vermelho Arroz e Feijão	Salada de Alface com Vinagrete Carne assada Polenta Arroz e Feijão	Salada de Rúcula com manga, Milho Verde, tomate. Iscas de Fígado Brócolis cozido Arroz e Feijão	Salada de Beterraba ralada, rúcula e cenoura ralada. Abobrinha refogada com tomate cereja. Coxa e sobrecoxa assada Purê de Inhame Arroz e Feijão	Salada de Alface Crespa com tomate cereja Salada fria de legumes (batata Baroa, cenoura e beterraba) Filé de frango com molho vermelho. Arroz e Feijão
Sobremesa				
Maçã	Melancia	Gelatina	Mamão	Laranja

Obs.: Opções de sucos: graviola, manga, maracujá, acerola, caju, goiaba, laranja e limonada.

Os lanches são naturais: pão francês, biscoitinhos caseiros, biscoitos de sal, biscoitos de polvilho, pão doce, brioche, queijo branco, vitaminas, pãezinhos de forma, bolo, frutas, pão de queijo, leite com chocolate 70%...

Os alunos que tomam mamadeira enviar todos os dias na mochila e deverá ser esterilizada em casa. O responsável dos alunos da turma do MATERNAL I enviará uma lata de leite com nome da criança e deverá explicar na agenda como é feita.

O responsável que quiser às vezes poderá enviar lanche para seu filho (a), mas não se esquecer de colocar nome.

O cardápio está sujeito a alterações por alimentos do mesmo grupo nutricional.



Centro Educacional Castelo

Passar o dia na escola é divertido!

Pensando no desenvolvimento do aluno o CEC oferece também opção de período integral. No período da tarde os alunos frequentam aula normal e pela manhã a partir de 2 anos de idade entram no mundo da imaginação, com jogos, oficinas e muitas brincadeiras, além do atendimento pedagógico nas lições de casa.

Cardápio - CRN 2021

Raphaela Reis Nutricionista 4 ES 10100278

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
22/03	23/03	24/03	25/03	26/03
Almoço				
Salada de alface lisa, cressa e roxa com tomate. Churrasquinho de frango Ensopadinho de abóbora Arroz e Feijão	Salada de Alface Roxa com Chuchu em Cubinhos com ovo Carne moída com milho verde Banana assada Couve-flor cozida Arroz e Feijão	Salada de Almeirão com tomate seco, queijo branco em cubos. Berinjela refogada com uva passas. Coxa e Sobrecoxa de Frango Ensopada Arroz e Feijão	Salada de Alface Crespa com Alface Roxa e Beterraba ralada Carne moída com cenoura cozida em cubos Batata Cozida em cubos Arroz e Feijão	Salada de Couve com tomate e cenoura ralada, Peixe cação Moquequinha de banana da terra Arroz e feijão
Sobremesa				
Banana	Gelatina	Melão	Manga	Gelatina

Obs.: Opções de sucos: graviola, manga, maracujá, acerola, caju, goiaba, laranja e limonada.

Os lanches são naturais: pão francês, biscoitinhos caseiros, biscoitos de sal, biscoitos de polvilho, pão doce, brioche, queijo branco, vitaminas, pãezinhos de forma, bolo, frutas, pão de queijo, leite com chocolate 70%...

Os alunos que tomam mamadeira enviar todos os dias na mochila e deverá ser esterilizada em casa. O responsável dos alunos da turma do MATERNAL I enviará uma lata de leite com nome da criança e deverá explicar na agenda como é feita.

O responsável que quiser às vezes poderá enviar lanche para seu filho(a), mas não esquecer de colocar nome.

O cardápio está sujeito a alterações por alimentos do mesmo grupo nutricional.



Centro Educacional Castelo

Segunda	Terça	Quarta	01/04/2021	02/04/2021
29/03	30/03	31/03		
<u>Almoço</u>				
Salada de alface lisa, cresspa e roxa com tomate. Churrasquinho de frango Ensopadinho de abóbora Arroz e Feijão	Salada de Alface Roxa com Chuchu em Cubinhos com ovo Carne moída com milho verde Banana assada Couve-flor cozida Arroz e Feijão	Salada de Almeirão com tomate seco, queijo branco em cubos. Berinjela refogada com uva passas. Coxa e Sobrecoxa de Frango Ensopada Arroz e Feijão	Feriado	Feriado
<u>Sobremesa</u>				
Banana	Gelatina	Melão		