



CARDÁPIO

1ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
			01/05/24	02/05/24	03/05/24
LANCHE MANHÃ				Pão francês com manteiga	Bolo de fubá
				Banana	Suco de caju
				Suco de maracujá	
ALMOÇO				Chuchu com molho de azeite e ervas	Alface Crespa e milho
				Arroz e Feijão	Arroz e Feijão
				Macarrão	Strogonoff de frango com batata palha
				Carne moída com molho	Mamão
				Caqui	
LANCHE TARDE				Pão caseiro com manteiga	Biscoito salgado com requeijão
				Suco de abacaxi	Salada de frutas
JANTAR				Arroz, feijão, frango desfiado, pepino e alface	Arroz, ovo mexido e abobrinha
				Mamão	Manga



CARDÁPIO

2ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 06/05/24	TERÇA-FEIRA 07/05/24	QUARTA-FEIRA 08/05/24	QUINTA-FEIRA 09/05/24	SEXTA-FEIRA 10/05/24
LANCHE MANHÃ	Pão francês com queijo cremoso Suco de caju	Bolo de Banana Manga Iogurte	Cereal matinal Iogurte	Tostex de peito de peru Suco de maracujá	Tapioca com queijo Leite batido com frutas
ALMOÇO	Escarola com cenoura ralada Arroz e Feijão Vagem refogada Ovo mexido com cenoura ralada Tangerina	Alface com tomate em cubos Arroz e Feijão Creme de milho Nuggetts caseiro assado Abacaxi	Grão de bico ao vinagrete Arroz e Feijão Abóbora soute Pescada grelhada no fubá Laranja	Maionese de legumes Arroz e Feijão Macarrão ao molho Pernil desfiado Gelatina	Alface americana e vagem Arroz e Feijão Polenta mole com molho Carne moída ao sugo Salada de fruta
LANCHE TARDE	Torrada com manteiga e orégano Suco de abacaxi	Biscoito cream cracker Salada de frutas com mel Suco de caju	Bisnaguinha com requeijão Leite achocolatado	Pão caseiro com presunto Suco de uva	Pão de queijo Suco de limão
JANTAR	Macarrão com frango e cenoura e alface Melancia	Arroz, feijão, Torta madalena de carne e salada de repolho Banana	Arroz com ovo mexido e tomate Caqui	Arroz com frango acelga e tomate Mamão	Arroz, hambúrguer caseiro com alface e tomate Melão



CARDÁPIO

3ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 13/05/24	TERÇA-FEIRA 14/05/24	QUARTA-FEIRA 15/05/24	QUINTA-FEIRA 16/05/24	SEXTA-FEIRA 17/05/24
LANCHE MANHÃ	Pão de forma com manteiga Suco de uva	Pão de batata com queijo Suco de abacaxi	Biscoito cream cracker Mamão Vitamina de abacate	Torrada de pão francês com manteiga Suco de laranja	Bisnaguinha com manteiga Suco de melão
ALMOÇO	Escarola e tomate cereja Arroz e Feijão Purê de batata Bolinho de carne Maçã	Repolho verde e roxo Arroz e Feijão Macarrão Carne moída Gelatina	Acelga e cenoura ralada Arroz e Feijão preto Mandioca em cubos refogada Omelete com legumes Tangerina	Alface e tomate Arroz e Feijão Abobrinha refogada Isca de Fígado Salada de frutas	Couve e cenoura ralada Arroz e Feijão Brócolis refogado Nhoque com frango ao sugo Banana
LANCHE TARDE	Bisnaguinha com requeijão Suco de pêsego	Cereal matinal banana iogurte	Pão francês com ovo Suco de uva	Pão caseiro com requeijão Suco de goiaba	Bolo de cenoura Leite batido com fruta
JANTAR	Arroz, feijão, frango desfiado, tomate e pepino Mamão	Arroz, feijão, pernil desfiado e alface Maçã	Arroz com milho e bolinho de carne Banana	Macarrão, frango e acelga Melancia	Arroz com ovo mexido e cenoura Mamão



CARDÁPIO

4ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 20/05/24	TERÇA-FEIRA 21/05/24	QUARTA-FEIRA 22/05/24	QUINTA-FEIRA 23/05/24	SEXTA-FEIRA 24/05/24
LANCHE MANHÃ	Bisnaguinha com queijo Leite batido com abacate	Biscoito salgado requeijão Suco de uva	Pão de batata a pizzaiolo Suco de limão	Bisnaguinha com manteiga Suco de laranja	Pão de forma com requeijão Leite batido com frutas
ALMOÇO	Mix de alface com cenoura ralada Arroz e Feijão Batata soute Omelete Abacaxi	Acelga e Pepino em cubos Arroz e Feijão Abobrinha grelhada Escondidinho de carne Melão	Beterraba ralada Arroz e Feijão Mostarda refogada Peixe ao forno Gelatina	Alface com ervilha Arroz e Feijão Cenoura refogada File de sobrecoxa de frango assada Uva	Chuchu com azeite e milho Arroz e Feijão Macarrão a bolonhesa Mamão
LANCHE TARDE	Mini tostex Suco de uva	Bolo de iogurte Suco de laranja	Cereal matinal iogurte	Pão de queijo Suco de melão	Pão francês com manteiga Suco de maracujá
JANTAR	Arroz, feijão, carne moída e purê Banana	Macarrão ao sugo com legumes e salada de acelga Mamão	Arroz com Omelete de forno Pera	Arroz, feijão, pernil desfiado e alface Mamão	Arroz, feijão, fricassê de frango e cenoura Maçã



CARDÁPIO

Desde 1994



5ª SEMANA – 7 a 14 ANOS

	SEGUNDA-FEIRA 27/05/24	TERÇA-FEIRA 28/05/24	QUARTA-FEIRA 29/05/24	QUINTA-FEIRA 30/05/24	SEXTA-FEIRA 31/05/24
LANCHE MANHÃ	Pão francês com peito de peru Suco de abacaxi	Torrada com orégano e azeite Suco de laranja com mamão	Tapioca com manteiga Leite com achocolatado	FERIADO	RECESSO
ALMOÇO	Alface e cenoura ralada Arroz e Feijão Couve flor refogada Carne de panela Laranja	Tomate e pepino em rodelas Arroz e Feijão Abobrinha refogada Omelete com cenoura Gelatina	Beterraba cozida em cubos Arroz e Feijão Macarrão alho e óleo Carne moída Maçã		
LANCHE TARDE	Biscoito cream cracker Salada de frutas	Pão de leite com queijo branco Suco de limão	Bisnaguinha com manteiga Suco de uva		
JANTAR	Arroz, feijão, pernil desfiado e alface Banana	Macarrão com carne ao sugo com legumes Melancia	Arroz com frango acelga e tomate Salada de fruta		