



CARDÁPIO

1ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
05/05/25		06/05/25		07/05/25		08/05/25		09/05/25	
LANCHE MANHÃ	Pão francês com queijo cremoso	Bolo de Banana		Cereal matinal		Tostex de peito de peru		Tapioca com queijo	
	Suco de caju	Manga		Banana		Suco de maracujá		Leite batido com frutas	
ALMOÇO	Escarola com cenoura ralada	Alface com tomate em cubos		Grão de bico ao vinagrete		Maionese de legumes		Alface americana e vagem	
	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão		Arroz e Feijão		Arroz e Feijão		Arroz e Feijão	
	Vagem refogada	Creme de milho		Abóbora soute		Macarrão ao molho		Polenta mole com molho	
	Ovo mexido com cenoura ralada	Nuggetts caseiro assado		Pescada grelhada no fubá		Carne moída ao sugo		Pernil desfiado	
	Tangerina	Abacaxi		Laranja		Gelatina		Salada de fruta	
LANCHE TARDE	Torrada com manteiga e orégano	Pão caseiro com presunto		Bisnaguinha com requeijão		Biscoito de maisena caseiro		Pão de queijo	
	Suco de abacaxi	Suco de caju		Leite achocolatado		Maçã		Suco de limão	
JANTAR	Macarrão com frango e cenoura e alface	Arroz, feijão, Torta madalena de carne e salada de repolho		Arroz, feijão, ovo mexido e tomate		Arroz, feijão, frango acelga e tomate		Arroz, feijão, hambúrguer caseiro com alface e tomate	
	Melancia	Banana		Caqui		Mamão		Melão	



CARDÁPIO

2ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
12/05/25		13/05/25		14/05/25		15/05/25		16/05/25	
LANCHE MANHÃ	Pão de forma com manteiga	Pão de batata com queijo	Suco de abacaxi	Biscoito cream cracker	Mamão	Torrada de pão francês com manteiga	Suco de laranja	Bisnaguinha com manteiga	Suco de melão
	Suco de uva								
ALMOÇO	Escarola e tomate cereja	Repolho verde e roxo	Arroz e Feijão	Acelga e cenoura ralada	Arroz e Feijão preto	Alface e tomate	Arroz e Feijão	Couve e cenoura ralada	Arroz e Feijão
	Arroz e Feijão								
	Purê de batata								
	Carne desfiada								
	Maçã								
LANCHE TARDE	Bisnaguinha com requeijão	Cereal matinal	banana	Pão francês com ovo	Suco de uva	Pão caseiro com requeijão	Suco de goiaba	Bolo de cenoura	Leite batido com fruta
	Suco de pêssego								
JANTAR	Arroz, feijão, frango desfiado, tomate e pepino	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
	Mamão								



CARDÁPIO

3ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
19/05/25		20/05/25		21/05/25		22/05/25		23/05/25	
LANCHE MANHÃ	Bisnaguinha com queijo	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
	Leite batido com abacate								
ALMOÇO	Mix de alface com cenoura ralada	Acelga e Pepino em cubos	Arroz e Feijão	Beterraba ralada	Arroz e Feijão	Alface com ervilha	Arroz e Feijão	Chuchu com azeite e milho	Arroz e Feijão
	Arroz e Feijão								
	Batata soute								
	Omelete								
	Abacaxi								
LANCHE TARDE	Mini tostex	Pão francês com manteiga	Suco de laranja	Cereal matinal	Banana	Bolo de iogurte	Suco de melão	Pão de queijo	Suco de maracujá
	Suco de uva								
JANTAR	Arroz, feijão, carne moída e purê	Macarrão ao sugo com legumes e salada de acelga	Mamão	Arroz, feijão, Omelete de forno	melão	Arroz, feijão, pernil desfiado e alface	Mamão	Arroz, feijão, frango, batata e cenoura	Maçã
	Banana								



CARDÁPIO

4ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
26/05/25		27/05/25		28/05/25		29/05/25		30/05/25	
LANCHE MANHÃ	Pão francês com peito de peru	Torrada com orégano e azeite	Suco de laranja com mamão	Milho cozido	banana	Cookie de chocolate	Banana	Bolo de fubá	
	Suco de abacaxi								
ALMOÇO	Alface e cenoura ralada	Tomate e pepino em rodelas	Arroz e Feijão	Beterraba cozida em cubos	Arroz e Feijão	Chuchu com molho de azeite e ervas	Arroz e Feijão	Alface Crespa e milho	
	Arroz e Feijão								
	Couve flor refogada								
	Carne de panela								
	Laranja								
LANCHE TARDE	Pão de queijo	Pão de leite com queijo branco	Suco de limão	Pão caseiro com manteiga	Suco de uva	Bisnaguinha com manteiga	Suco de abacaxi	Pizza de pão de forma	
	Salada de frutas								
JANTAR	Arroz, feijão, pernil desfiado e alface	Macarrão com carne ao sugo com legumes	Melancia	Arroz, feijão, frango, acelga e tomate	Maçã	Arroz, feijão, frango desfiado, pepino e alface	Mamão	Arroz, ovo mexido e abobrinha	
	Banana								