



CARDÁPIO

1ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
03/08/2026		04/08/2026	05/08/2026	06/08/2026	07/08/2026
LANCHE MANHÃ	Pão francês com requeijão	Cereal matinal (flocos de milho)	Tostex de pão de forma com presunto	Bisnaguinha com queijo	Torrada de pão francês com manteiga
	Suco de laranja	Banana	Suco de caju	Suco de abacaxi	Maçã
ALMOÇO	Tomate e Alface	Acelga e beterraba em rodela	Chuchu com alface	Acelga e Pepino em cubos	Alface e vinagrete
	Arroz e Feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão
	Purê de batata	Farofa	Creme de espinafre	Purê de abóbora	Macarrão alho e óleo
	Omelete	Frango ao molho	Picadinho de pernil	Peixe assado	Carne moída com milho
	Mamão	Salada de frutas	Gelatina	Uva	Mexerica
LANCHE TARDE	Pão caseiro de mandioquinha com manteiga	Bolo de chocolate	Pão de queijo	Pão francês com ovo	Pão de forma com peito de peru
	Leite com achocolatado	Suco de abacaxi	Maçã	Suco de Uva	Suco de limão
JANTAR	Macarrão com frango e cenoura	Arroz e feijão com Torta madalena de carne e salada de repolho	Arroz e feijão com ovo mexido e vagem	Arroz e feijão com frango acelga e tomate	Arroz e feijão com hambúrguer caseiro com alface e tomate
	Laranja	Maçã	Banana	Melancia	Melão



CARDÁPIO

2ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
10/08/2026		11/08/2026	12/08/2026	13/08/2026	14/08/2026
LANCHE MANHÃ	Cereal matinal (Flocos de milho)	Bisnaguinha com manteiga	Tapioca com queijo	Pão francês com queijo branco	Pão de forma com manteiga
	iogurte			Banana	
	Banana			Suco de uva	
ALMOÇO	Acelga e cenoura	Repolho com tomate	Alface e tomate e milho	Alface com beterraba	Pepino com cenoura
	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão preto	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão
	Batata assada	Macarrão com molho	Beterraba cozida	Abobrinha refogada	Lasanha de carne moída com queijo
	Isclas de frango empanada	Pernil desfiado	Omelete de frios	Panqueca com carne moída	
	Mexerica	Gelatina	Manga	Salada de fruta	Melancia
LANCHE TARDE	Torrada de pão francês	Pão francês com requeijão	Pão Caseiro com manteiga	Bolo de fubá	Bisnaguinha com requeijão
	Banana		Maçã		
	Suco de goiaba		Suco de limão		
JANTAR	Arroz e feijão com escondidinho de carne moída	Arroz e feijão com frango ao molho e acelga	Macarrão com carne moída e abobrinha	Arroz e feijão com Kibe de forno, Salada de pepino e alface	Arroz e feijão com bolinho de frango e tomate
	Melão			Maçã	



CARDÁPIO

3ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA				
17/08/2026		18/08/2026		19/08/2026		20/08/2026		21/08/2026				
LANCHE MANHÃ	Pão francês com requeijão	Bisnaguinha com manteiga	Leite com chocolate	Torrada de pão francês com manteiga		Pão de leite com requeijão		Tapioca com queijo				
	Milho cozido			Maçã								
	Suco de laranja com mamão			logurte								
Suco de abacaxi								Suco de caju				
ALMOÇO	Pepino e tomate em cubos	Escarola e cenoura ralada		Alface Crespa e milho		Alface americana com tomate		Acelga com beterraba				
	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão		Arroz e Feijão Preto		Arroz e Feijão		Arroz e Feijão				
	Purê de batata	Omelete com legumes		Couve manteiga refogada		Beterraba cozida		Creme de milho				
	Pernil assado			Isca de carne		Bolinho de frango						
	Mexerica			Salada de frutas		Gelatina						
		Maçã		Melão								
LANCHE TARDE	Bisnaguinha com manteiga	Bolo de cenoura com chocolate		Pão de forma com presunto magro		Pão francês com manteiga		Pão de queijo				
	Pera									Maçã		
	Suco de laranja									Suco de maracujá		
JANTAR	Arroz, feijão, frango desfiado, repolho r cenoura	Macarrão espaguete com carne e alface		Arroz, feijão com milho e bolinho de carne		Macarrão com frango, acelga e tomate		Arroz e feijão com carne moída e tomate				
	Banana	Mamão		uva		Melão		Maçã				



CARDÁPIO

4ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
24/08/2026		25/08/2026		26/08/2026		27/08/2026		28/08/2026	
LANCHE MANHÃ	Bisnaguinha com manteiga	Pão de forma com queijo branco	Suco de maracujá	Tapioca com queijo	Suco de limão	Pão caseiro com manteiga	Suco de laranja	Torrada com manteiga	Suco de laranja com mamão
	Banana								
	logurte								
ALMOÇO	Alface com pepino	Acelga e Vinagrete	Arroz e Feijão	Espinafre refogado	Peixe assado	Melancia	Tomate e pepino	Mix de folhas verdes	Arroz e Feijão
	Arroz e Feijão								
	Cenoura cozida								
	Ovo mexido								
	Abacaxi								
LANCHE TARDE	Pão francês com manteiga	Pão de queijo	Suco de cajú	Bisnaguinha com requeijão	Suco de abacaxi	Bolo Formigueiro	Suco de uva	Pão de leite com queijo branco	Leite com achocolatado
	Suco de uva								
JANTAR	Arroz, feijão, pernil desfiado e alface	Macarrão ao sugo com carne moída e legumes	Mamão	Arroz, feijão e ovo mexido com chuchu	Melancia	Arroz, feijão, frango desfiado e cenoura	Melão	Arroz, feijão e carne desfiada com abóbora	Banana
	Maçã								



CARDÁPIO

5ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
31/08/2026					
LANCHE MANHÃ	Pão de forma com requeijão				
	Suco de limão				
ALMOÇO	Alface, repolho e tomate				
	Arroz e Feijão				
	Beterraba cozida				
	Pernil em cubos				
	Banana				
LANCHE TARDE	Bolo de fubá				
	Suco de maracujá				
JANTAR	Arroz, feijão, carne moída com cenoura				
	melão				