



CARDÁPIO

1ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	04/05/26	05/05/26	06/05/26	07/05/26	08/05/26
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	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	Macarrão ao molho	Abóbora soute	Polenta mole com molho
	Ovo mexido com cenoura ralada	Nuggetts caseiro assado	Carne moída ao sugo	Pescada grelhada no fubá	Pernil desfiado
	Tangerina	Abacaxi	Laranja	Gelatina	Salada de fruta
LANCHE TARDE	Torrada com manteiga e orégano	Pão caseiro com presunto	Bisnaguinha com requeijão	Pão francês com manteiga	Pão de queijo
	Suco de abacaxi	Suco de caju	Leite achocolatado	Suco de uva	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 11/05/26	TERÇA-FEIRA 12/05/26	QUARTA-FEIRA 13/05/26	QUINTA-FEIRA 14/05/26	SEXTA-FEIRA 15/05/26
LANCHE MANHÃ	Pão de forma com manteiga Suco de uva	Pão de batata com queijo Suco de abacaxi	Bisnaguinha com requeijão 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 Carne desfiada 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 Pernil desfiado 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 pêssego	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

3ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 18/05/26	TERÇA-FEIRA 19/05/26	QUARTA-FEIRA 20/05/26	QUINTA-FEIRA 21/05/26	SEXTA-FEIRA 22/05/26
LANCHE MANHÃ	Bisnaguinha com queijo Leite batido com abacate	Crepioça com queijo 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 Peixe ao forno Gelatina	Beterraba ralada e acelga Arroz e Feijão Mostarda refogada Escondidinho de carne Banana	Alface com tomat 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	Pão francês com manteiga Suco de laranja	Cereal matinal Banana iogurte	Bolo de iogurte Suco de melão	Pão de queijo Suco de maracujá
JANTAR	Arroz, feijão, carne moída e purê Banana	Macarrão ao sugo com frango 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



CARDÁPIO



4ª SEMANA – 7 a 14 ANOS

	SEGUNDA-FEIRA 25/05/26	TERÇA-FEIRA 26/05/26	QUARTA-FEIRA 27/05/26	QUINTA-FEIRA 28/05/26	SEXTA-FEIRA 29/05/26
LANCHE MANHÃ	Pão francês com manteiga Suco de abacaxi	Torrada com orégano e azeite Suco de laranja com mamão	Milho cozido banana Leite com achocolatado	Pão de forma com requeijão Suco de maracujá	Bolo de fubá Suco de caju
ALMOÇO	Alface e cenoura ralada Arroz e Feijão Couve flor refogada Carne de panela Laranja	Tomate e pepino em rodela Arroz e Feijão Abobrinha refogada Omelete com cenoura Gelatina	Alface e tomate Arroz e Feijão Beterraba cozida Pernil em cubos Maçã	Vinagrete Arroz e Feijão Strogonoff de frango com batata palha Melancia	Alface Crespa e milho Arroz e Feijão Macarrão a bolonhesa banana
LANCHE TARDE	Pão de queijo Salada de frutas	Pão de leite com queijo branco Suco de limão	Pão caseiro com manteiga Suco de uva	Bisnaguinha com manteiga Suco de abacaxi	Pão francês com manteiga Mamão Suco de goiaba
JANTAR	Arroz, feijão, pernil desfiado e alface Banana	Macarrão com carne ao sugo com legumes Melancia	Arroz, feijão, frango acelga e tomate Maçã	Arroz, ovo mexido e abobrinha Mamão	Arroz, feijão, frango desfiado, pepino e alface Manga