CARDÁPIO

1ª SEMANA – 7 a 14 ANOS

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/11/2026	03/11/2026	04/11/2026	05/11/2026	06/11/2026
LANCHE MANHÃ	FERIADO	Pão de queijo	Bisnaguinha com requeijão	Pão francês com manteiga	Tapioca de queijo
		Suco de uva	Suco caju	Leite com achocolate	Banana
					Suco de maracujá
ALMOÇO		Agrião com beterraba	Alface e tomate	Tomate e pepino	Mix de follhas
		Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão
		Abobrinha refogada	Repolho refogado	Batata palha	Lasanha
		Ovo mexido	Pernil desfiado	Strogonoff de carne	Frango assado
		Mexerica	Melão	Salada de frutas	Gelatina
LANCHE TARDE		Bolo de cenoura	Torrada com manteiga	Pão caseiro com manteiga	Pão francês com requeijão
		Suco de abacaxi	Suco de maracujá	Maçã	Suco de limão
				Iogurte	
JANTAR		Macarrão, arroz, feijão, isca de frango e acelga	Arroz, feijão e escondidinho de carne moída	Arroz, feijão com omelete e alface	Arroz, feijão com carne moída e tomate
		Maçã	Banana	Mexerica	Melancia

Cardápio sujeito a alterações, sem aviso prévio.

Nutricionista: Érika Suiter – CRN: 7521

CARDÁPIO

2ª SEMANA – 7 a 14 ANOS

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	09/11/2026	10/11/2026	11/11/2026	12/11/2026	13/11/2026
LANCHE MANHÃ	Pão francês com requeijão	Tapioca com queijo	Pão caseiro com queijo e tomate	Bolo de maçã	Pão francês com manteiga
	Suco de laranja	Suco de uva	Suco de laranja	Suco de laranja	Suco de caju
ALMOÇO	Pepino com tomate	Alface com cenoura ralada	Acelga e tomate	Seleta de legumes	Alface com milho
	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e Feijão	Arroz e feijão preto
	Creme de Espinafre	Macarrão espaguete ao sugo	Brócolis cozido	Vagem refogada	Couve manteiga refogada
	Omelete	Carne moída com legumes	Coxa de frango desossada assado	Peixe assado	Carne Louca
	Melancia	Gelatina	Mamão	Mexerica	Maçã
LANCHE TARDE	Pão de forma com queijo no forno	Bisnaguinha com manteiga	Torrada de pão francês com orégano	Cereal matinal	Pão de leite com requeijão
	Leite achocolatado	Vitamina de frutas	Suco de limão	Maçã	Suco melancia
				Iogurte	
JANTAR	Arroz, feijão, carne e chuchu	Arroz, feijão e ovo mexido	Arroz, feijão com pernil e salada de legumes	Macarrão com frango desfiado e beterraba	Arroz, feijão, carne moída e salada de alface
	Banana	melão	Maçã	Salada de frutas	Manga

Cardápio sujeito a alterações, sem aviso prévio.

Nutricionista: Érika Suiter – CRN: 7521

CARDÁPIO

3ª SEMANA – 7 a 14 ANOS

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	16/11/2026	17/11/2026	18/11/2026	19/11/2026	20/11/2026
LANCHE MANHÃ	Pão de forma com peito de peru	Pão francês com ovo mexido	Bisnaguinha com requeijão	Tapioca com queijo e presunto	FERIADO
	Suco de limão	Leite com chocolate	Suco de caju	Suco de laranja	
ALMOÇO	Escarola e Tomate	Beterraba com alface	Brócolis e tomate	Mix de follhas	
	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	
	Repolho refogado	Chuchu refogado	Macarrão ao sugo	Repolho refogado	
	Ovo mexido	Iscas de frango	Carne moída com legumes	Frango assado	
	Salada de frutas	Melancia	Melão	Gelatina	
LANCHE TARDE	Torrada com manteiga	Pão de forma com manteiga	Bolo de fubá	Pão francês com requeijão	
			Maçã		
	Suco de maracujá	Suco de abacaxi	Suco de uva	Suco de maracujá	
JANTAR	Arroz com almondegas, acelga e beterraba	Macarrão com carne desfiada e tomate	Arroz, feijão e pernil ensopado	Arroz, feijão, carne moída e salada de cenoura	
	Banana	Maçã	Uva	Banana	

Cardápio sujeito a alterações, sem aviso prévio.

Nutricionista: Érika Suiter – CRN: 7521

CARDÁPIO

4ª SEMANA – 7 a 14 ANOS

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	23/11/2026	24/11/2026	25/11/2026	26/11/2026	27/11/2026
LANCHE MANHÃ	Tostex de queijo	Torrada com Manteiga	Bisnaguinha com manteiga	Tapioca com queijo	Pão francês com queijo cremoso
	Maçã				
	Achocolatado	Suco de abacaxi	Suco de melão	Suco de maracujá	Suco de melancia
ALMOÇO	Alface e pepino	Repolho e tomate	Beterraba ralada com milho	Escarola com beterraba	Rúcula e tomate
	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e feijão
	Macarrão alho e óleo	Purê de batata	Ovo mexido com Cenoura	Creme de milho	Salada de legumes
	Carne moída com cenoura	Peixe assado		Bolinho de frango	Pernil em cubos
	Mexerica	uva	Laranja	Salada de frutas	Gelatina
LANCHE TARDE	Pão francês com manteiga	Cereal matinal	Bolo de banana	Pão de forma com requeijão	Pão caseiro com manteiga
		Maçã		Milho cozido	
	Suco de uva	Iogurte	Suco de maracujá	Suco de caju	Suco de limão
JANTAR	Arroz, feijão, frango emcubos e salada de alface	Macarrão e carne moída com chuchu	Arroz, feijão com frango desfiado e salada de repolho	Arroz, feijão com omelete com queijo	Carne desfiada, arroz, feijão e salada de rúcula
	Melão	Maçã	Melancia	Mamão	Banana

Cardápio sujeito a alterações, sem aviso prévio.

Nutricionista: Érika Suiter – CRN: 7521