

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO PROGRAMADA

1ª Semana (2º Semestre) / 2026.2 - Infantil 3 ao Fundamental II



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE (MANHÃ)	Uva* Sanduíche crocante com queijo coalho Suco de maracujá *uva sem caroço	Cubinhos de mamão Bolinho caseiro de laranja Suco de tangerina	Rodelinhas de banana com leite em pó pão de queijo (meu pãozinho caseiro) Sabores variados Suco de uva	Picolé de melancia Sanduíche de creme de frango Suco de manga	Self-service de frutas variadas Bolo de cacau com cobertura 70% Suco de cajá
ALMOÇO	Tirinhas de carne na chapa / Tulipa de frango ao molho Feijão preto enriquecido com espinafre arroz nutritivo Espaguete ao alho e óleo Salada crua e cozida Suco: maracujá / goiaba Sobremesa: uva / banana	Bife trinchado suculento / Cubinho de frango ao molho nutritivo Feijão carioca com abóbora arroz branco Purê de batata Salada crua e cozida Suco: tangerina / limão Sobremesa: mamão / goiaba	Carne moída com ovo de codorna (à parte) / Filé de frango no <i>char broiler</i> Feijão preto com beterraba arroz com cebolinha Talharim temperado com orégano Salada crua e cozida Suco: uva / manga Sobremesa: banana / laranja	Suíno trinchado ao molho / Filé de frango suculento na chapa Feijão carioca Arroz branco com espinafre Batata Alegre ao forno Salada crua e cozida Suco: manga / acerola Sobremesa: melancia / maçã	Feijoada nutritiva / Isca de peixe crocante Arroz refogado com couve-manteiga / Farofa refogada com cenoura / Macarrão penne Salada crua e cozida Suco: cajá / laranja Sobremesa: coloré de frutas / Doce de leite cremoso
LANCHE (TARDE)	Rodelinhas de banana Açaí cremoso Acompanhamentos: mel, granola OU leite em pó Opção: pipoca e suco	Rodelinhas de goiaba Pãozinho de leite com requeijão Suco de cajá	Cubinhos de laranja Esfirra (recheio: queijo / carne de sol) Suco de manga	maçã Delícia de abóbora com frango e gergelim Suco de acerola com maracujá	Festival de frutas variadas queijo quente Suco de laranja

Observações:

- ✓ Vale destacar que nós buscamos trabalhar com alimentos frescos e adquiridos com criteriosa seleção. Neste sentido, o cardápio está sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado.
- ✓ Lembrando: às crianças que não aceitarem a opção oferecida no cardápio, serão oferecidas, como segunda opção, frutas variadas com acompanhamentos OU pipoca. Lembramos que o Cardápio Programado tem a intenção de o aluno variar os alimentos, melhorar o paladar e evitar a seletividade. Qualquer orientação ou sugestão, pedimos que procurem a nutricionista responsável pelo cardápio da escola.

Nutricionista Responsável: **Camila Moura (CRN/11 - 4624)**

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO PROGRAMADA

2ª Semana (2º Semestre) / 2026.2 - Infantil 3 ao Fundamental II



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE (MANHÃ)	Banana Cuscuz nutritivo com ovos mexidos Suco de tangerina	Uva* Enroladinho de pizza Suco de maracujá *sem caroço	Rodelas de laranja Cupcake de cacau e baunilha (mesclado) Suco de uva	Maçã Croissant com creme de frango Suco de maracujá	Colorê de frutas variadas Cookie caseiro de cacau Suco de acerola
ALMOÇO	Bife à pizzaiolo / Filé de frango trinchado na chapa Macarrão refogado com azeite / arroz branco Feijão preto Salada crua e cozida Suco: maracujá / tangerina Sobremesa: banana / goiaba	Strogonoff de frango / Batata palha Carne de sol desfiada Feijão preto Farofa de cuscuz temperadinha arroz branco Salada crua e cozida Suco: acerola / maracujá Sobremesa: uva / maçã	Tulipa de frango ao forno suculenta / Guisadinho de carne com legumes Feijão carioca com abóbora / arroz branco Purê de batata Salada crua e cozida Suco: uva / cajá Sobremesa: laranja / manga	Churrasquinho de carne e frango na chapa / Baião de dois arroz branco / Feijão carioca Batata palito Salada crua e cozida Suco: maracujá / uva Sobremesa: maçã / tangerina	Isclas de frango à milanesa / Bife Suculento (Opção: filé de peixe na chapa) Feijão preto arroz branco Salada crua e cozida Suco: acerola / manga Sobremesa: banana surpresa / melancia
LANCHE (TARDE)	Goiaba Bolinho caseiro de cacau com cobertura 70% Maracujá	Palitinhos de maçã Pãozinho caseiro de espinafre com requeijão Suco de acerola	Cubinhos de manga Mini brownie nutritivo Suco de Cajá	Gominhos de tangerina Minipizza da Nutri Suco de uva	Banana Açaí Cremoso Acompanhamentos: mel, granola OU leite em pó

Observações:

- ✓ Vale destacar que nós buscamos trabalhar com alimentos frescos e adquiridos com criteriosa seleção. Neste sentido, o cardápio está sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado.
- ✓ Lembrando: às crianças que não aceitarem a opção oferecida no cardápio, serão oferecidas, como segunda opção, frutas variadas com acompanhamentos OU pipoca. Lembramos que o Cardápio Programado tem a intenção de o aluno variar os alimentos, melhorar o paladar e evitar a seletividade. Qualquer orientação ou sugestão, pedimos que procurem a nutricionista responsável pelo cardápio da escola.

Nutricionista Responsável: **Camila Moura (CRN/11 - 4624)**

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO PROGRAMADA

3ª Semana (2º Semestre) / 2026.2 - Infantil 3 ao Fundamental II



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE (MANHÃ)	Maçã Pão de queijo (meu pãozinho caseiro) Suco de manga	Goiaba Bolo caseiro de cacau Suco de tangerina	Banana Torradinhas amanteigadas com geleia de fruta ou requeijão Suco de manga	Manga Bisnaguinha com patê de frango Suco de acerola com maracujá	Uva* Cookies com aveia e gotas de chocolate Suco de cajá *sem caroço
ALMOÇO	Carne moída à brasileira (com milho e azeitona) / Iscas de frango ao forno Feijão preto com cenoura / arroz branco Penne com óregano Salada crua e cozida Suco: manga / goiaba Sobremesa: uva / maçã	Bife suculento do chef / Tulipa de frango ao molho nutritivo Feijão preto com abóbora / arroz branco / Cuscuz temperadinho Salada crua e cozida Suco: tangerina / limão Sobremesa: tangerina / goiaba	Guisadinho de carne com legumes / Tulipa de frango ao forno Feijão carioca com mandioquinha / arroz branco Ovos mexidos Salada crua e cozida Suco: uva / manga Sobremesa: banana / mamão	Frango ao molho de requeijão / Bife na chapa Feijão preto com espinafre arroz branco Batata Palito Salada crua e cozida Suco: maracujá Sobremesa: picolé de melancia / cubinhos de manga	Feijoada com linguiça / filé de frango no <i>char broiler</i> arroz com cebolinha / Farofa refogada com beterraba Salada crua e cozida Suco: cajá / manga Sobremesa: laranja / abacaxi / brigadeiro com farelo de aveia e cacau
LANCHE (TARDE)	Uva* Queijo quente douradinho Suco de goiaba *sem caroço	Tangerina Cuscuz com chia e ovo mexido Leite levemente com cacau em pó OU suco	Mamão Mini brownie nutritivo Suco de uva	Melancia Pizza integral de queijo da Nutri (molho de tomate, queijo mussarela e orégano) Suco de maracujá	Laranja Mini cup cake de leite em pó com cobertura Suco de acerola

Observações:

- ✓ Vale destacar que nós buscamos trabalhar com alimentos frescos e adquiridos com criteriosa seleção. Neste sentido, o cardápio está sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado.
- ✓ Lembrando: às crianças que não aceitarem a opção oferecida no cardápio, serão oferecidas, como segunda opção, frutas variadas com acompanhamentos OU pipoca. Lembramos que o Cardápio Programado tem a intenção de o aluno variar os alimentos, melhorar o paladar e evitar a seletividade. Qualquer orientação ou sugestão, pedimos que procurem a nutricionista responsável pelo cardápio da escola.

Nutricionista Responsável: **Camila Moura (CRN/11 - 4624)**

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO PROGRAMADA

4ª Semana (2º Semestre) / 2026.2 - Infantil 3 ao Fundamental II



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE (MANHÃ)	Maçã Sanduíquinho com requeijão Suco de uva	Banana Bolinho fofo com gotas de chocolate Suco de maracujá	Manga Pão de queijo (meu pãozinho caseiro) Sabores variados Suco de tangerina	Tangerina Queijo quente logurte OU suco	Melancia Açaí cremoso Acompanhamentos: granola OU leite em pó OU mel Suco de acerola
ALMOÇO	Tulipa de frango ao molho / Churrasco de carne no <i>char broiler</i> Baião de dois / Feijão carioca Arroz branco Farofa enriquecida Salada crua e cozida Suco: uva / graviola Sobremesa: abacaxi / maçã	Churrasco de frigideira / Filé de frango ao molho branco gratinado Feijão preto com batata doce Bolinho de arroz com frango desfiado / Arroz branco Salada crua e cozida Suco: maracujá / goiaba Sobremesa: uva* / banana *sem caroço	<i>Stroganoff</i> de carne / Iscas de frango com legumes refogados Feijão carioca com couve-manteiga Arroz integral / Arroz branco Batata palha Salada crua e cozida Suco: tangerina / uva Sobremesa: laranja / manga	Panqueca de frango ao molho branco (à parte) / Churrasquinho misto trinchado Feijão preto com inhame / Arroz branco Salada crua e cozida Suco: maracujá / acerola Sobremesa: mamão / tangerina	Bife ao molho madeira (molho à parte) / Peixe crocante Feijão preto com espinafre / Arroz branco Macarrão refogado no azeite e orégano Salada crua e cozida Suco: tangerina com abacaxi / cajá Sobremesa: banana / melancia Casadinho no copo
LANCHE (TARDE)	Abacaxi Tapioquinha com requeijão OU queijo coalho Suco OU leite com cacau	Uva Pão mini carioquinha Recheio: requeijão, ovos mexidos ou queijo Suco de goiaba	Laranja Enroladinho marguerita (queijo, molho de tomate e orégano) Suco de uva	Mamão Croissant de forno recheado com queijo OU requeijão Suco de maracujá	Banana Bolo caseiro de cenoura com calda de chocolate Suco de tangerina

Observações:

- ✓ Vale destacar que nós buscamos trabalhar com alimentos frescos e adquiridos com criteriosa seleção. Neste sentido, o cardápio está sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado.
- ✓ Lembrando: às crianças que não aceitarem a opção oferecida no cardápio, serão oferecidas, como segunda opção, frutas variadas com acompanhamentos OU pipoca. Lembramos que o Cardápio Programado tem a intenção de o aluno variar os alimentos, melhorar o paladar e evitar a seletividade. Qualquer orientação ou sugestão, pedimos que procurem a nutricionista responsável pelo cardápio da escola.

Nutricionista Responsável: **Camila Moura (CRN/11 - 4624)**