



CARDÁPIO SEMANAL

Março 2026



DATA	ALMOÇO	SALADA / BEBIDA / SOBREMESA	LANCHE DA TARDE
SEGUNDA 02/03/26	Bife de carne Fricassê de frango Cenoura com vagem	Saladas diversas Suco Natural Fruta da época	Suco natural/ Fruta da época Torrada com doce de leite e geléia de morango Op: Pães diversos Margarina / Requeijão Complemento: Bolacha salgada sabor queijo
TERÇA 03/03/26	Sobrecoxa de frango assado Rocambole de carne moída Batata doce assada	Saladas diversas Suco Natural Fruta da época	Suco natural/ Fruta da época Pão com ovos mexidos Op: Pães diversos Margarina / Requeijão Complemento: Cookies
QUARTA 04/03/26	Feijoada Filé de frango grelhado Couve refogada/ farofa	Saladas diversas Suco Natural Fruta da época	Suco natural/ Fruta da época Misto frio com peito de peru e mussarela Op: Pães diversos Margarina / Requeijão Complemento: Bolacha maisena
QUINTA 05/03/26	Almôndega Frango à passsarinho assado Macarrão Linguini e Gravatinha	Saladas diversas Suco Natural Fruta da época	Suco natural/ Fruta da época CupCake Op: Pães diversos Margarina / Requeijão Complemento: Torrada Mágic Toast
SEXTA 06/03/26	Escondinho de carne moída Tilápia empanada Abobrinha refogada	Saladas diversas Suco Natural Fruta da época	Suco natural/ Fruta da época Mini pão de queijo Op: Pães diversos Margarina / Requeijão Complemento: Polvilho

Observações:

- Prato Base: Arroz branco e integral / Feijão carioca.
- Os sucos de fruta do almoço e da tarde são naturais.
- As frutas de acordo com a época e preparações diferentes feitas nas unidades.

- Caso haja rejeição dos alunos pelo prato principal, a segunda opção de prato principal será filé de frango ou ovos. Segunda opção para o lanche será pão francês com margarina, requeijão ou frios.

- Cardápio sujeito a alteração sem aviso prévio. Qualquer dúvida ou sugestão, por favor entrar em contato como o responsável. Tel: (11) 97232-7203.

Elaborado por
nutricionista

