



# CARDÁPIO SEMANAL

**MARÇO  
2026**



**Nutricionista responsável:  
Tatiana Sant Anna  
CRN 33630**



DATA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	
<b>SEGUNDA</b> 09/03/26	Suco de fruta/ Achocolatado Torrada/Opção: pão integral/margarina/requeijão Fruta da época	Alface, tomate, beterraba cozida Carne moída refogada Filé de frango grelhado Polenta mole ao sugo Fruta da época	Suco de fruta Queijo quente (com pão de forma) Biscoito integral/ Opção: pão de leite margarina/requeijão/Fruta da época
<b>TERÇA</b> 10/03/26	Suco de fruta/ Vitamina de abacate Pão na chapa/ Opção: pão integral/margarina/ requeijão/ geléia Fruta da época	Alface, tomate, brócolis Isca de frango empanada Ovo mexido Creme de milho Fruta da época	Chocolate batido Mini chipa de queijo Biscoito maizena Opção: torrada/requeijão/margarina Fruta da época
<b>QUARTA</b> 11/03/26	Suco de fruta/ logurte de morango Bisnaguinha com queijo e requeijão Opção: pão forma integral/ geléia/ margarina / Fruta da época	Alface, tomate, vinagrete Feijoada light Isca de frango grelhada Couve refogada/Farofa Fruta da época	Suco de fruta Pão francês com ovo mexido Opção: pão integral/requeijão/geléia Fruta da época
<b>QUINTA</b> 12/03/26	Suco de fruta/ Vitamina de banana Bolo mesclado Opção: pão integral margarina/ requeijão/Fruta da época	Alface, tomate, milho Filé de coxa assada Omelete com queijo Brócolis refogado Gelatina / Opção: fruta	Leite com goiaba Bisnaguinha com presunto e queijo Opção: torrada/requeijão/ geléia Fruta da época
<b>SEXTA</b> 13/03/26	Suco de fruta/ Chocolate batido Pão francês com requeijão ou margarina/ Opção: bisnaguinha Fruta da época	Alface, tomate, cenoura ralada Estrogonofe de frango Isca de carne grelhada Batata palha/ Batata assada Fruta da época	Suco de fruta Milho no potinho Opção: pão francês/ requeijão/ margarina Fruta da época

**Observações:**

- Arroz branco/ feijão carioca
- Os sucos de fruta manhã e tarde são naturais
- As frutas são de acordo com a época

-Caso haja rejeição pelo prato principal, a segunda opção será filé de frango ou ovos

Cardápio sujeito à alterações sem aviso prévio. Qualquer dúvida ou sugestão entrar em contato com o responsável.  
Tel: (11) 94356-9802

