



CARDÁPIO SEMANAL

Julho 2026



Nutricionista responsável:
JOSIANE REIS
CRN: 40763



DATA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
SEGUNDA 20/07/26	• Suco de frutas / leite batido com cacau • Pão francês • Torrada • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Opção: Pão integral • Fruta da época	• Alface, tomate, cenoura ralada • Filé de frango grelhado • Ovo frito • Legumes sautê • Fruta da época	• Suco de frutas / chá quente • Bisnaguinha com patê de frango • Cuscuz • Opção: Pão integral • Opcional: Manteiga, Requeijão • Fruta da época
TERÇA 21/07/26	• Suco de frutas / vitamina de abacate • Pão francês • Opcional: polenguinho • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Opção: Pão integral • Fruta da época	• Alface, tomate, beterraba cozida • Frango empanado • Carne moída refogada • Creme de milho • Curau	• Suco de frutas / chocolate quente • Mini pão de queijo • Opcional: biscoito de maisena • Opção: Pão integral • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão
QUARTA 22/07/26	• Suco de frutas / chocolate quente • Pão francês com presunto • Mingau • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Fruta da época	• Alface, tomate, pepino na salsa • Feijoada • Filé de frango grelhado • Farofa • Dueto de frutas	• Suco de frutas / leite batido com maracujá • Tapioca com ovos mexidos • Pão na chapa • Pão integral • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Fruta da época
QUINTA 23/07/26	• Suco de frutas / iogurte • Pão francês • Cereal • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Opção: Pão integral • Fruta da época	• Alface, tomate, chuchu temperado • Cubos de frango no molho • Iscas de carne grelhada • Batata frita • Fruta da época	• Suco de frutas / leite batido com cacau • Mini pastelzinho de queijo / carne • Opção: Pão integral • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Banana com aveia
SEXTA 24/07/26	• Suco de frutas / chocolate quente • Pães variados / lanchinho de frios • Bolo com cobertura • Opcional: Manteiga, Requeijão, patê de atum • Fruta no palito	• Alface, tomate, grão de bico • Macarrão ao molho bolonhesa • Frango assado • Brócolis acebolado • Gelatina de morango	• Suco de frutas • Bolo com cobertura • Pipoca / mini hot dog • Opção: Pão integral • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Fruta no palito

Observações:

- Prato Base: Arroz branco e integral/feijão.
- Os sucos de fruta da manhã e do almoço são naturais.
- As frutas são de acordo com a época.

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

- Cardápio sujeito a alteração sem aviso prévio. Qualquer dúvida ou sugestão, por favor entrar em contato como o responsável. Telefone: (11) 97491-2957.

