



CARDÁPIO SEMANAL

Setembro | 2026



Nutricionista responsável:
JOSIANE REIS
CRN: 40763



DATA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
SEGUNDA 14/09/26	• Suco de frutas / Vitamina de abacate / Leite puro • Mini pão de hambúrguer com patê de atum • Cuscuz temperado • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Opção: Pão integral / Pão francês • Fruta da época	• Alface, tomate, cenoura ralada • Filé de frango grelhado • Bife de panela • Creme de milho • Fruta da época	• Suco de frutas / Iogurte • Sucrilhos • Pão na chapa • Opção: Pão integral • Opcional: Manteiga e Requeijão • Fruta da época
TERÇA 15/09/26	• Suco de frutas / Leite batido com cacau • Mini pão de mandioca com queijo branco • Opcional: biscoito ao leite • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Opção: Pão integral / Pão de forma • Fruta da época	• Alface, tomate, proteína de soja • Frango xadrez • Yakisoba de carne • Legumes sauté • Dueto de frutas	• Suco de frutas / Vitamina de frutas • Crepioca com ovos mexidos • Torrada • Opção: Pão integral / Pão sovado • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Fruta da época
QUARTA 16/09/26	• Suco de frutas / Leite batido com maracujá • Mini pão francês com peito de peru • Mingau de aveia • Opcional: Pão integral / Pão de forma • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Fruta da época	• Alface, tomate, vinagrete • Feijoada • Filé de frango grelhado • Farofa / Couve refogada • Gelatina de limão	• Suco de frutas / Chá de ervas • Mini pão de queijo • Saladinha pepino com tomate cereja • Pão integral / Pão francês • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Fruta da época
QUINTA 17/09/26	• Suco de frutas / Chá de camomila • Panqueca com mel • Opcional: Biscoito Cream Cracker • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Opção: Pão integral / Pão francês • Fruta da época	• Alface, tomate, torrada caseira • Sopa de carne com legumes • Caldo verde / Canja • Iscas de frango grelhado • Fruta da época	• Suco de frutas / Chá quente • Bauri de forno com pão de forma • Ovo de codorna • Opção: Pão integral / Bisnaguinha • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Fruta da época
SEXTA 18/09/26	• Suco de frutas / Leite batido com morango • Lanche natural de frango • Magic Toast • Opcional: Manteiga, Geleia de frutas, Patê de frango • Fruta da época	• Alface, tomate, couve flor • Estrogonofe de frango • Peixe ao molho • Batata palha • Salada de frutas	• Suco de frutas / Água de coco • Bolo mesclado • Pipoca • Opcional: Pão integral • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga e Requeijão • Fruta da época

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.

