CARDÁPIO SEMANAL

OUTUBRO 2026



Nutricionista responsável:
JOSIANE REIS
CRN: 40763

DATA	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
SEGUNDA 26/10/26	• Suco de frutas / Vitamina de fruta • Mini pão de leite com queijo • Magic Toast • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Opção: Pão integral / Pão francês • Fruta da época	• Alface, tomate, proteína de soja • Filé de frango grelhado • Ovo na chapa • Legumes gratinado • Fruta da época	• Suco de frutas / Leite puro • Cereal • Pão na chapa • Opção: Pão integral • Opcional: Manteiga e Requeijão • Fruta da época
TERÇA 27/10/26	• Suco de frutas / Água de coco • Bisnaguinha integral com peito de peru • Opcional: biscoito de maisena • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Opção: Pão integral • Fruta da época	• Alface, tomate, molho de limão • Peixe à dorê • Cubos de carne cozido • Purê misto • Doce de banana / Fruta da época	• Suco de frutas / Leite batido com fruta • Bolinho de chuva • Biscoito Cream Cracker • Opção: Pão integral / Pão francês • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Fruta da época
QUARTA 28/10/26	• Suco de frutas / Vitamina de abacate • Mini pão francês com patê de frango • Torrada • Opcional: Pão integral • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Fruta da época	• Alface, tomate, pepino na salsa • Feijoada • Iscas de frango grelhada • Farofa / Couve flor no vapor • Pudim de leite condensado / Fruta da época	• Suco de frutas / Chá • Mini pão de queijo • Biscoito ao leite • Pão integral / Bisnaguinha • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Fruta da época
QUINTA 29/10/26	• Suco de frutas / Chá quente • Panqueca com mel • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Opção: Pão integral / Pão de forma • Mamão com aveia	• Alface, tomate, mandioquinha temperada • Rocambole recheado • Frango desfiado com milho • Escarola refogada • Fruta da época	• Suco de frutas / Leite batido com cacau • Lanche natural • Saladinha de pepino com tomate cereja • Opção: Pão integral / Pão francês • Opcional: Geleia de frutas, Manteiga, Requeijão • Fruta da época
SEXTA 30/10/26	• Suco de frutas / Leite batido com maracujá • Pães variado • Bolo com cobertura EM COMEMORAÇÃO AOS ANIVERSARIANTES DO MÊS • Opcional: Pão integral • Opcional: Manteiga e geleia de frutas • Fruta da época	• Alface, tomate, alface americana com manga • Macarrão ao molho bolonhesa • Frango grelhado • Couve flor na manteiga • Salada de frutas	Suco de frutas / Água de coco • Bolo com cobertura e Pipoca EM COMEMORAÇÃO AOS ANIVERSARIANTES DO MÊS • Opcional: Pão integral / Pão na chapa • 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.

