



CARDÁPIO

1ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 03/04/2023	TERÇA-FEIRA 04/04/2023	QUARTA-FEIRA 05/04/2023	QUINTA-FEIRA 06/04/2023	SEXTA-FEIRA 07/04/2023
LANCHE MANHÃ	Bisnaguinha com requeijão Banana Iogurte	Pão francês com peito de peru Suco de laranja	Pão de forma com manteiga Leite com chocolate	Pão de batata com queijo cremoso Suco de uva	FERIADO
ALMOÇO	Alface e tomate Arroz e Feijão Panachê de legumes Omelete de queijo com tomate Abacaxi	Acelga com milho Arroz e Feijão Batata palito assada no forno Bifinho grelhado Melão	Tomate com beterraba Arroz e Feijão Nhoque ao sugo Carne moída ao molho natural Gelatina	Alface com ervilha Arroz e Feijão Brócolis Bacalhoda falsa Uva	
LANCHE TARDE	Biscoito de maisena Banana Leite com banana e mamão	Cereal matinal Maçã Iogurte	Bolo de cenoura com chocolate Suco de maracujá	Bisnaguinha com manteiga Suco de caju	
JANTAR	Arroz e feijão com bolinho de frango Laranja	Macarrão com carne moída e abobrinha Banana	Kibe de forno, Salada de pepino e alface Maçã	Macarrão e frango ao molho e acelga Mamão	



CARDÁPIO

2ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 10/04/2023	TERÇA-FEIRA 11/04/2023	QUARTA-FEIRA 12/04/2023	QUINTA-FEIRA 13/04/2023	SEXTA-FEIRA 14/04/2023
LANCHE MANHÃ	Bisnaguinha com queijo	Pão de forma com queijo cremoso	Pão francês com ovo mexido	Cereal Matinal	Pão de leite com requeijão
	Suco de abacaxi	Leite batido com abacate	Suco de laranja	Iogurte	Suco de caju
ALMOÇO	Acelga com tomate	Alface e pepino em tiras	Cenoura em rodelas com salsa	Alface crespa e milho	Alface americana e vagem
	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão preto	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão
	Batata assada com orégano	Beterraba cozida	Purê de abóbora	Couve flor gratinada	Polenta mole
	Carne louca	Sobrecoxa de frango assada com molho natural	Pernil Assado	Peixe assado	Carne moída com molho de tomate
	Maçã	Caqui	Gelatina	Uva	Mamão
LANCHE TARDE	Pão caseiro com presunto	Pão de queijo	Bolo de banana com iogurte	Torrinhas de pão francês com queijo	Pão de forma com patê de frango com cenoura
	Suco de maracujá	Suco de limão	Suco de uva	Suco de melão	Suco de limão
JANTAR	Arroz com ovo mexido e tomate	Macarrão com frango e cenoura	Torta madalena de carne e salada de repolho	Arroz com frango acelga e tomate	Arroz, hambúrguer caseiro com alface e tomate
	Mamão	Maçã	Melão	Mamão	Banana



CARDÁPIO

3ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 17/04/2023	TERÇA-FEIRA 18/04/2023	QUARTA-FEIRA 19/04/2023	QUINTA-FEIRA 20/04/2023	SEXTA-FEIRA 21/04/2023
LANCHE MANHÃ	Pão de forma com queijo branco Suco de abacaxi	Bolo de banana Suco de laranja	Crepioca com queijo Suco de caju	Bisnaguinha com manteiga Leite com frutas	FERIADO
ALMOÇO	Alface e tomate Arroz e Feijão Macarrão alho e óleo Carne moída com tomate picadinho Maçã	Acelga com milho Arroz e feijão Abobrinha refogada Omelete com legumes Caqui	Beterraba e cenoura raladas Arroz e Feijão Farofa de ovos e couve Pernil desfiado Gelatina	Pepino e tomate Arroz e Feijão Batata Palha Strogonoff de Carne Salada de frutas	
LANCHE TARDE	Cereal Matinal Banana iogurte	Bisnaguinha com queijo Vitamina de abacate Suco de uva	Pão caseiro com queijo Suco de limão	Biscoito de polvilho Leite com chocolate	
JANTAR	Arroz, feijão e frango desfiado Laranja	Macarrão espaguete com frango Melancia	Arroz com milho e carne moída Mamão	Arroz com ovo mexido e cenoura Melão	



CARDÁPIO

4ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 24/04/2023	TERÇA-FEIRA 25/04/2023	QUARTA-FEIRA 26/04/2023	QUINTA-FEIRA 27/04/2023	SEXTA-FEIRA 28/04/2023
LANCHE MANHÃ	Tostex com queijo e orégano Suco de laranja	Pão francês com presunto Leite com chocolate	Bisnaguinha com peito de peru Maçã Suco de laranja	Pão caseiro com manteiga Leite batido com banana e mamão	Pão francês com ovo mexido Mamão Suco de uva
ALMOÇO	Repolho com tomate Arroz e Feijão Torta madalena de carne com azeitonas Uva	Alface Crespa e tomate Arroz e feijão Chuchu refogada Pernil assado Mamão	Escarola com cenoura ralada Arroz e Feijão Creme de milho Nuggets caseiro assado Salada de frutas	Alface com tomate em cubos Arroz e feijão Abóbora soubé Omelete Gelatina	Chuchu e cenoura com salsa Arroz e Feijão Purê de batata com mandioquinha Pescada grelhada no fubá Melancia
LANCHE TARDE	Pão doce caseiro Suco de abacaxi	Biscoito cream cracker com requeijão Suco de maracujá	Bolo de fubá com erva cidreira Suco de limão	Cereal Matinal maçã iogurte	Rosquinha de coco Suco de caju
JANTAR	Arroz com Omelete de forno Banana	Arroz, feijão, carne moída e purê melão	Arroz, feijão, fricassê de frango e cenoura Caqui	Arroz, feijão, pernil desfiado e alface Banana	Macarrão ao sugo com legumes Maçã