



# CARDÁPIO

1ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA 01/11/2024
LANCHE MANHÃ					Cereal Matinal Banana Iogurte
ALMOÇO					Alface com milho Arroz e feijão preto Couve manteiga refogada Carne Louca Maçã
LANCHE TARDE					Pão de leite com requeijão Suco melancia
JANTAR					Arroz, feijão, carne moída e salada de alface Manga



# CARDÁPIO

2ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 04/11/2024	TERÇA-FEIRA 05/11/2024	QUARTA-FEIRA 06/11/2024	QUINTA-FEIRA 07/11/2024	SEXTA-FEIRA 08/11/2024
LANCHE MANHÃ	Pão de forma com manteiga Suco de laranja com mamão	Pão francês com presunto Suco de uva	Bisnaguinha com requeijão Suco caju	Pão de queijo Leite com achocolate	Tapioca de queijo Banana Suco de maracujá
ALMOÇO	Alface e repolho Arroz e Feijão Purê de Abóbora Pernil desfiado Maçã	Agrião com beterraba Arroz e Feijão Abobrinha refogada Ovo mexido Mexerica	Alface e tomate Arroz e Feijão Macarrão ao molho Frango desfiado Melão	Tomate e pepino Arroz e Feijão Batata palha Strogonoff de carne Salada de frutas	Mix de follhas Arroz e Feijão Repolho refogado Peixe assado Gelatina
LANCHE TARDE	Bisnaguinha com requeijão Banana Suco de melão	Bolo de cenoura Suco de abacaxi	Torrada com manteiga Suco de maracujá	Pão caseiro com manteiga Maçã Iogurte	Pão francês com ovo mexido Suco de limão
JANTAR	Macarrão com carne desfiada e vagem Banana	Arroz, feijão, isca de frango e acelga Maçã	Arroz, feijão e escondidinho de carne moída Banana	Arroz a grega e alface Mexerica	Macarrão com carne moída e tomate Melancia



# CARDÁPIO

Desde 1994



3ª SEMANA – 7 a 14 ANOS

	SEGUNDA-FEIRA 11/11/2024	TERÇA-FEIRA 12/11/2024	QUARTA-FEIRA 13/11/2024	QUINTA-FEIRA 14/11/2024	SEXTA-FEIRA 15/11/2024
LANCHE MANHÃ	Pão francês com requeijão	Tapioca com queijo	Pão caseiro com queijo e tomate	Cereal matinal	FERIADO
	Suco de laranja	Suco de uva	Suco de laranja	Maçã Iogurte	
ALMOÇO	Pepino com tomate	Alface com cenoura ralada	Acelga e tomate	Seleta de legumes	
	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e Feijão	
	Creme de Espinafre	Macarrão espaguete ao sugo	Brócolis cozido	Vagem refogada	
	Omelete	Carne moída com legumes	Coxa de frango desossada assado	Peixe assado	
	Melancia	Gelatina	Mamão	Mexerica	
LANCHE TARDE	Pão de forma com queijo no forno	Bisnaguinha com manteiga	Torrada de pão francês com orégano	Bolo de maçã	
	Leite achocolatado	Vitamina de frutas	Suco de limão	Suco de laranja	
JANTAR	Arroz, feijão, carne e chuchu	Arroz, feijão e ovo mexido	Arroz, feijão e torta de legumes	Macarrão com frango desfiado e beterraba	
	Banana	melão	Maçã	Salada de frutas	



# CARDÁPIO

4ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 18/11/2024	TERÇA-FEIRA 19/11/2024	QUARTA-FEIRA 20/11/2024	QUINTA-FEIRA 21/11/2024	SEXTA-FEIRA 22/11/2022
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Bisnaguinha com requeijão Suco de caju	Pão francês com ovo mexido Leite com chocolate	<b>FERIADO</b>	Torrada com manteiga Suco de limão	Pão de forma com requeijão Suco de laranja
<b>ALMOÇO</b>	Acelga com cenoura Arroz e Feijão preto Farofa Picadinho de frango Gelatina	Beterraba com alface Arroz e Feijão Chuchu refogado Isclas de carne Melancia		Escarola e Tomate Arroz e Feijão Repolho refogado Ovo mexido Salada de frutas	Brócolis e tomate Arroz e Feijão Macarrão ao sugo Carne moída com legumes Melão
<b>LANCHE TARDE</b>	Bolo de fubá Maçã Suco de uva	Pão de forma com manteiga Suco de abacaxi		Pão com peito de peru Suco de maracujá	Bisnaguinha com manteiga Suco de limão
<b>JANTAR</b>	Arroz, feijão e pernil ensopado Melão	Macarrão com carne desfiada e tomate Maçã		Arroz com almondegas, acelga e beterraba Banana	Arroz, feijão com frango em cubos e alface Manga



# CARDÁPIO

5ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 25/11/2024	TERÇA-FEIRA 26/11/2024	QUARTA-FEIRA 27/11/2024	QUINTA-FEIRA 28/11/2024	SEXTA-FEIRA 29/11/2024
LANCHE MANHÃ	Tostex de peito de peru Maçã Achocolatado	Torrada com Manteiga Suco de abacaxi	Bisnaguinha com manteiga Suco de melão	Tapioca doce Suco de maracujá	Pão francês com queijo cremoso Suco de melancia
ALMOÇO	Alface e pepino Arroz e Feijão Macarrão alho e óleo Carne moída com cenoura Mexerica	Repolho e tomate Arroz e Feijão Purê de batata Peixe assado uva	Beterraba ralada com milho Arroz e Feijão Ovo mexido com Cenoura Laranja	Escarola com beterraba Arroz e Feijão Creme de milho Bolinho de frango Salada de frutas	Rúcula e tomate Arroz e feijão Salada de legumes Pernil desfiado Gelatina
LANCHE TARDE	Pão francês com manteiga Suco de uva	Cereal matinal Maçã Iogurte	Bolo de banana Suco de maracujá	Biscoito salgado Milho cozido Suco de caju	Pão caseiro com manteiga Suco de limão
JANTAR	Arroz, feijão, frango e salada de alface Melão	Macarrão e carne moída com chuchu Maçã	Arroz, feijão e torta de legumes Melancia	Arroz com omelete com queijo Mamão	Carne desfiada, arroz, feijão e salada de rúcula Manga