



# CARDÁPIO

1ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	<b>SEGUNDA-FEIRA</b> 01/06/2026	<b>TERÇA-FEIRA</b> 02/06/2026	<b>QUARTA-FEIRA</b> 03/06/2026	<b>QUINTA-FEIRA</b> 04/06/2026	<b>SEXTA-FEIRA</b> 05/06/2026
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Bisnaguinha com manteiga Suco de laranja	Pão caseiro com manteiga Suco de manga	Tapioca de presunto e queijo Suco de maracujá	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>
<b>ALMOÇO</b>	Alface com cenoura ralada Arroz e Feijão Suflê Legumes Omelete de forno Maçã	Legumes cozidos Arroz e Feijão Purê misto (batata e cenoura) Peixe assado Melancia	Acelga com tomate em cubinhos Arroz e Feijão Abobrinha ralada refogada Picadinho de pernil Melão		
<b>LANCHE TARDE</b>	Pão francês com requeijão Suco de caju	Bolo de milho Suco de pêssego	Pão de forma com requeijão Suco de uva		
<b>JANTAR</b>	Arroz, feijão, carne moída, chuchu e acelga Mamão	Macarrão com molho de frango Banana	Arroz, feijão e torta madalena e tomate Melancia		



# CARDÁPIO

2ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	<b>SEGUNDA-FEIRA</b> 08/06/2026	<b>TERÇA-FEIRA</b> 09/06/2026	<b>QUARTA-FEIRA</b> 10/06/2026	<b>QUINTA-FEIRA</b> 11/06/2026	<b>SEXTA-FEIRA</b> 12/06/2026
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Pão francês com requeijão	Torrada com manteiga	Tostex (queijo e peito de peru)	Bolo de laranja	Milho cozido
	Suco de maracujá	Leite com chocolate	Suco de laranja com mamão	Leite com chocolate	Maçã
<b>ALMOÇO</b>	Cenoura palito e ervilha	Alface com tomate em cubos	Alface americana com beterraba cozida	Beterraba ralada com milho	Mix de folhas verdes
	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão preto	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão
	Carne moída com molho	Couve manteiga refogada	Carne louca	Brócolis	Creme de milho
	Polenta	Omelete com legumes	Purê de batata	Tirinhas de frango	Pernil assado
	Mexerica	Melancia	Banana	Salada de frutas	Gelatina
<b>LANCHE TARDE</b>	Bisnaguinha com manteiga	Pão caseiro com queijo	Pão de queijo	Pão de forma com manteiga	Pão francês com manteiga
	Suco de laranja	Suco de uva	Banana	Suco de caju	Suco de limão
<b>JANTAR</b>	Arroz, feijão com frango em cubos com cenoura	Arroz, feijão com carne desfiada e alface	Arroz, feijão e ovo cozido com abobrinha	Macarrão alho e óleo com frango desfiado e abobrinha	Arroz, feijão, carne moída e chuchu
	Melão	Banana	Maçã	Mamão	Maçã



# CARDÁPIO

3ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 15/06/2026	TERÇA-FEIRA 16/06/2026	QUARTA-FEIRA 17/06/2026	QUINTA-FEIRA 18/06/2026	SEXTA-FEIRA 19/06/2026
LANCHE MANHÃ	Bisnaguinha com manteiga Suco de laranja	Tapioca de queijo Leite com chocolate	Pão de batata com requeijão Vitamina de frutas	Tostex de queijo Suco de melão	Torrada de pão francês com manteiga Suco de limão
ALMOÇO	Alface crespa e cenoura ralada Arroz e Feijão Beterraba cozida Omelete de frios Melancia	Alface crespa com pepino Arroz e Feijão Abóbora cozida Panqueca de carne Melão	Maionese de legumes Arroz e Feijão Macarrão na manteiga Frango ao molho Banana	Escarola e tomate Arroz e Feijão Chuchu Kibe assado Gelatina	Alface e repolho Arroz e Feijão Batata corada no forno Peixe assado Salada de fruta
LANCHE TARDE	Pão caseiro com manteiga Mamão Leite com chocolate	Pão de forma com manteiga Suco de maracujá	Pão francês com ovo mexido Suco de limão	Bolo de cenoura Suco de laranja	Cereal matinal Maçã Iogurte
JANTAR	Macarrão, carne desfiada e vagem Banana	Arroz, feijão com frango desfiado e cenoura Maçã	Arroz, feijão com pernil em cubos com batata Pera	Arroz, feijão, escondidinho de carne moída e alface Maçã	Arroz, feijão, ovo mexido e tomate Melão



# CARDÁPIO

4ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	<b>SEGUNDA-FEIRA</b> 22/06/2026	<b>TERÇA-FEIRA</b> 23/06/2026	<b>QUARTA-FEIRA</b> 24/06/2026	<b>QUINTA-FEIRA</b> 25/06/2026	<b>SEXTA-FEIRA</b> 26/06/2026
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Pão francês com manteiga Suco de maracujá	Cereal Matinal Iogurte Banana	Pão com ovo mexido Maçã Suco de abacaxi	Bisnaguinha com manteiga Suco de laranja Suco de laranja	Crepioca de queijo Banana Suco de uva
<b>ALMOÇO</b>	Pepino e tomate em cubos Arroz e Feijão Batata assada Carne moída com legumes Mexerica	Escarola e Pepino em cubos Arroz e Feijão Vagem e cenoura soute Strogonoff de Frango Salada de frutas	Mix de Alface Arroz e Feijão Chuchu refogado Ovo mexido com espinafre Melão	Acelga e tomate Arroz e Feijão Beterraba cozida Pernil desfiado Banana	Alface e pepino Arroz e Feijão Macarrão ao molho Carne moída Gelatina
<b>LANCHE TARDE</b>	Bisnaguinha com requeijão Pera Suco de laranja	Pão de leite com requeijão Suco de limão	Pão de forma com peito de peru Suco de uva	Torrada de pão francês Suco de uva	Bolo de fubá Suco de caju
<b>JANTAR</b>	Arroz, feijão, carne desfiada e vagem Banana	Arroz, feijão, pernil desfiado e abobrinha Mamão	Macarrão com carne moída e tomate Caqui	Arroz, Feijão com frango desfiado tomate com pepino Melão	Arroz, Feijão com ovo mexido e alface Maçã



# CARDÁPIO



5ª SEMANA – 7 a 14 ANOS

	SEGUNDA-FEIRA 29/06/2026	TERÇA-FEIRA 30/06/2026	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Pão de forma com manteiga Suco de maracujá	Pão com ovo mexido Suco de limão			
<b>ALMOÇO</b>	Pepino e tomate em cubos Arroz e Feijão Abobrinha refogada Omelete de forno Mexerica	Mix de Alface Arroz e Feijão Sufê Legumes Carne moída com legumes Gelatina			
<b>LANCHE TARDE</b>	Cereal matinal Maçã Iogurte	Bisnaguinha com requeijão Suco de Uva			
<b>JANTAR</b>	Arroz, feijão, escondidinho de carne moída e cenoura Banana	Arroz, feijão, frango desfiado e beterraba Melancia			