



CARDÁPIO

1ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 02/12/2024	TERÇA-FEIRA 03/12/2024	QUARTA-FEIRA 04/12/2024	QUINTA-FEIRA 05/12/2024	SEXTA-FEIRA 06/12/2024
LANCHE MANHÃ	Bisnaguinha com requeijão Suco de laranja	Pão francês com ovo mexido Leite com achocolatado	Tapioca com manteiga Maçã Suco abacaxi	Tostex de presunto Suco de melão	Torrada com manteiga Suco de uva
ALMOÇO	Alface e beterraba Arroz e Feijão Legumes refogados (batata e cenoura) Omelete Mamão	Repolho e tomate Arroz e Feijão Brócolis cozido Frango assado Gelatina	Alface, pepino e milho Arroz e Feijão preto Escarola refogada Picadinho de Pernil Salada de frutas	Tomate e cenoura Arroz e Feijão Repolho refogado Peixe assado Melancia	Escarola e beterraba Arroz e Feijão Macarrão a bolonhesa Maçã
LANCHE TARDE	Pão caseiro com presunto Suco de melancia	Cereal matinal Banana Iogurte	Bolo de chocolate Suco de uva	Bisnaguinha com manteiga Salada de fruta Suco de caju	Pão de queijo Suco de laranja
JANTAR	Frango com batata, salada de alface, arroz e feijão Banana	Macarrão com carne em cubos, cenoura, salada de repolho e tomate Maçã	Arroz a grega, salada de cenoura e alface Mamão	Arroz, feijão, frango desfiado e salada de repolho Pera	Arroz, feijão, ovo mexido e salada de tomate e chuchu Melão



CARDÁPIO

2ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 09/12/2024	TERÇA-FEIRA 10/12/2024	QUARTA-FEIRA 11/12/2024	QUINTA-FEIRA 12/12/2024	SEXTA-FEIRA 13/12/2024
LANCHE MANHÃ	Pão francês com requeijão Suco de uva	Pão de forma com manteiga Suco de maracujá	Pão francês com manteiga Suco de laranja	Biscoito salgado Milho cozido Suco de abacaxi	Pão caseiro com queijo branco Maçã Iogurte
ALMOÇO	Vinagrete Arroz e feijão Beterraba cozida Ovo cozido Mexerica	Alface e tomate Arroz e feijão Creme de espinafre Pernil assado Salada de frutas	Alface, milho e tomate Arroz e feijão Polenta ao sugo Isca de frango ao molho Melancia	Chuchu e tomate Arroz e Feijão Abobrinha refogada Bolinho de carne Gelatina	Alface e cenoura Arroz e Feijão Macarrão carne moída e vagem Manga
LANCHE TARDE	Pão caseiro com manteiga Suco de melancia	Pão de queijo Banana Suco de limão	Bolo de cenoura Maçã Suco de limão	Bisnaguinha com requeijão Suco de uva	Torrada com pão francês Suco de caju
JANTAR	Macarrão com frango desfiado, vagem e salada Maçã	Arroz, torta de legumes e salada de alface com tomate Mamão	Arroz, feijão, ovo mexido e salada Banana	Arroz e torta madalena e salada Melão	Arroz com almondegas e salada de alface com milho Banana



CARDÁPIO

Desde 1994



3ª SEMANA – 7 a 14 ANOS

	SEGUNDA-FEIRA 16/12/2024	TERÇA-FEIRA 17/12/2024	QUARTA-FEIRA 18/12/2024	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Pão de forma com manteiga Suco de uva	Bolo de fubá Suco de maracujá	Bisnaguinha com queijo Suco de laranja		
ALMOÇO	Acelga e milho Arroz e Feijão Purê de batata Frango grelhado (iscas) Mamão	Mix de alface Arroz e Feijão Cenoura ralada Omelete de frios Maçã	Escarola com cenoura ralada Arroz e feijão Macarrão ao molho Carne moída Melão		
LANCHE TARDE	Bisnaguinha com requeijão Suco de laranja	Pão francês com manteiga Manga Suco de abacaxi	Cereal matinal Maçã Iogurte		
JANTAR	Carne desfiada, tomate, arroz, feijão e salada Salada de frutas	Arroz e feijão, pernil e salada de alface Banana	Arroz, feijão, ovo mexido e salada Melancia		