



CARDÁPIO

1ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
				01/02/2024	02/02/2024
LANCHE MANHÃ				Pão de queijo Biscoito Suco de uva	Pizza de pão de forma Suco de abacaxi
ALMOÇO				Alface e tomate Arroz e feijão Seleta de legumes Omelete com cenoura Mamão	Escarola e tomate Arroz e feijão Brócolis refogado Macarrão a bolonhesa Salada de fruta
LANCHE TARDE				Pão caseiro com manteiga Suco de limão	Pão francês com requeijão Suco de maracujá
JANTAR				Arroz, feijão e escondidinho de frango Melão	Arroz, feijão e carne desfiada Abacaxi



CARDÁPIO

2ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
LANCHE MANHÃ	Pão de forma com requeijão	Cereal matinal	Pão francês com manteiga	Tostex de queijo	Bisnaguinha com requeijão
	Banana	Maça		Suco de melão	Suco de limão
	Suco de uva	logurte	Suco caju		
ALMOÇO	Acelga com tomate	Repolho e tomate	Alface e pepino	Vinagrete	Alface e tomate
	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão	Arroz e Feijão
	Escarola com cenoura ralada	Purê de abóbora	Bolinho de arroz assado	Abobrinha refogada	Macarrão ao sugo
	Omelete de frios	Peixe assado	Frango grelhado	Pernil assado	Carne moída
	Melão	Melancia	Gelatina	Salada de frutas	Maça
LANCHE TARDE	Torradinha de pão de forma	Biscoito	Pão caseiro recheado queijo	Bolo de Banana	Pão francês com presunto
	Maça	Uva		Leite com chocolate gelado	Suco de caju
	Suco de abacaxi	Suco de laranja	Suco de limão		
JANTAR	Arroz, feijão, carne moída e chuchu	Macarrão com molho de frango	Arroz e torta madalena	Arroz, feijão e ovo cozido com abobrinha	Arroz a grega
	Mexerica	Banana	Melão	Maça	Laranja



CARDÁPIO

3ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 12/02/2024	TERÇA-FEIRA 13/02/2024	QUARTA-FEIRA 14/02/2024	QUINTA-FEIRA 15/02/2024	SEXTA-FEIRA 16/02/2024		
LANCHE MANHÃ	RECESSO	FERIADO	RECESSO	Torrada de pão francês	Bisnaguinha com requeijão		
ALMOÇO				Biscoito	Suco de laranja	Alface, pepino e milho	Mix de folhas
				Suco de laranja	Arroz e feijão	Purê de mandioquinha	Arroz e feijão
					Peixe empanado	Maçã	Macarrão
LANCHE TARDE						Pão de forma com manteiga	Frango desfiado com molho
JANTAR			Suco de limão	Gelatina			
			Arroz, feijão, carne desfiada e vagem	Pão caseiro com manteiga			
			Banana	Suco de pêsego			
				Arroz, feijão, pernil desfiado e beterraba			
				Melancia			



CARDÁPIO

4ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 19/02/2024	TERÇA-FEIRA 20/02/2024	QUARTA-FEIRA 21/02/2024	QUINTA-FEIRA 22/02/2024	SEXTA-FEIRA 23/02/2024
LANCHE MANHÃ	Pão francês com manteiga	Bisnaguinha com requeijão	Torrada de pão francês com manteiga	Tapioca com queijo	Biscoito polvilho
	Suco de caju	Suco de laranja	Suco de melão	Suco de uva	Maçã
ALMOÇO	Alface e tomate	Beterraba e rúcula	Acelga e tomate	Alface e cenoura	Brócolis e tomate
	Arroz e Feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e Feijão preto	Arroz e Feijão
	Polenta com molho a bolonhesa	Creme de Cenoura	Purê de batata	Mandioquinha refogada	Seleta de legumes
	Laranja	Pernil assado	Kibe de forno	Picadinho de frango	Ovo mexido
		Melão	Mexerica	Melancia	Gelatina
LANCHE TARDE	Pão de forma com peito de peru	Pão caseiro com queijo	Cereal Matinal	Pão de queijo	Bolo de cenoura
	Suco de uva	Suco de limão	Maçã Iogurte	Banana Suco de maracujá	Suco de melancia
JANTAR	Arroz de forno	Macarrão com frango desfiado e cenoura ralada	Arroz, feijão e omelete	Arroz, carne moída e tomate	Macarrão com carne moída e cenoura
	Manga	Maçã	Banana	Mamão	Abacaxi



CARDÁPIO

5ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 26/02/2024	TERÇA-FEIRA 27/02/2024	QUARTA-FEIRA 28/02/2024	QUINTA-FEIRA 29/02/2024	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ	Biscoito cream cracker Banana Suco de abacaxi	Pão de forma com queijo quente Leite com achocolatado	bisnaguinha com requeijão iogurte	Pão caseiro com manteiga Suco de maracujá	
ALMOÇO	Tomate e beterraba Arroz e Feijão Creme de milho Bolinho de frango Uva	Alface e cenoura Arroz e feijão Chuchu refogado Omelete de frios Banana	Alface e beterraba cozida Arroz e feijão Batata palito assada Carne louca Gelatina	Tomate e pepino Arroz e feijão Abobrinha refogada Lasanha de frango Salada de frutas	
LANCHE TARDE	Pão francês com queijo Suco de goiaba	Bolo de banana Biscoito Suco de melão	Pão francês com manteiga Suco de abacaxi	Pizza de pão de forma Suco de limão	
JANTAR	Arroz, feijão, carne moída e vagem Maçã	Arroz e escondidinho de frango Melancia	Arroz, carne e vagem Banana	Arroz, feijão e torta madalena Manga	