



CARDÁPIO

1ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA 01/08/2025
LANCHE MANHÃ					Tostex de peito de peru Suco de abacaxi
ALMOÇO					Alface e cenoura ralada Arroz e Feijão Strogonoff de frango Batata palha Gelatina
LANCHE TARDE					Bolo de Banana Suco de caju
JANTAR					Arroz, feijão e carne com legumes Melancia



CARDÁPIO

2ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 04/08/2025	TERÇA-FEIRA 05/08/2025	QUARTA-FEIRA 06/08/2025	QUINTA-FEIRA 07/08/2025	SEXTA-FEIRA 08/08/2025
LANCHE MANHÃ	Pão francês com requeijão Suco de laranja	Cereal matinal (flocos de milho) Banana Iogurte	Tostex de pão de forma com presunto Suco de caju	Bisnaguinha com queijo Suco de abacaxi	Torrada de pão francês com manteiga Maçã Vitamina
ALMOÇO	Tomate e Alface Arroz e Feijão Purê de mandioquinha Omelete Mamão	Acelga e beterraba em rodela Arroz e feijão Farofa Frango ao molho Salada de frutas	Chuchu com alface Arroz e feijão Creme de espinafre Picadinho de pernil Gelatina	Acelga e Pepino em cubos Arroz e Feijão Purê de abóbora Peixe assado Uva	Alface e vinagrete Arroz e Feijão Macarrão alho e óleo Carne moída com milho Mexerica
LANCHE TARDE	Pão caseiro de mandioquinha com manteiga Leite com achocolatado	Bolo de chocolate Suco de abacaxi	Pão de queijo Maçã Suco de limão	Pão francês com ovo Suco de Uva	Pão de forma com peito de peru Suco de limão
JANTAR	Macarrão com frango e cenoura Laranja	Arroz e feijão com Torta madalena de carne e salada de repolho Maçã	Arroz e feijão com ovo mexido e vagem Banana	Arroz e feijão com frango acelga e tomate Melancia	Arroz e feijão com hambúrguer caseiro com alface e tomate Melão



CARDÁPIO

3ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 11/08/2025	TERÇA-FEIRA 12/08/2025	QUARTA-FEIRA 13/08/2025	QUINTA-FEIRA 14/08/2025	SEXTA-FEIRA 15/08/2025
LANCHE MANHÃ	Cereal matinal (Flocos de milho) logurte Banana	Bisnaguinha com manteiga Leite com chocolate	Tapioca com queijo Suco de laranja	Pão francês com queijo branco Banana Suco de uva	Pão de forma com manteiga Suco de caju
ALMOÇO	Acelga e cenoura Arroz e Feijão Batata assada Isclas de frango empanada Mexerica	Repolho com tomate Arroz e Feijão Macarrão com molho Pernil desfiado Gelatina	Alface e tomate e milho Arroz e Feijão preto Beterraba cozida Omelete de frios Manga	Alface com beterraba Arroz e Feijão Abobrinha refogada Panqueca com carne moída Salada de fruta	Pepino com cenoura Arroz e Feijão Lasanha de carne moída com queijo Melancia
LANCHE TARDE	Torrada de pão francês Banana Suco de goiaba	Pão francês com requeijão Suco de uva	Pão Caseiro com manteiga Maçã Suco de limão	Bolo de fubá Suco de abacaxi	Bisnaguinha com requeijão Suco de maracujá
JANTAR	Arroz e feijão com escondidinho de carne moída Melão	Arroz e feijão com frango ao molho e acelga Manga	Arroz e feijão com bolinho de frango e tomate Melancia	Arroz e feijão com Kibe de forno, Salada de pepino e alface Maçã	Macarrão com carne moída e abobrinha Banana



CARDÁPIO

4ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 18/08/2025	TERÇA-FEIRA 19/08/2025	QUARTA-FEIRA 20/08/2025	QUINTA-FEIRA 21/08/2025	SEXTA-FEIRA 22/08/2025
LANCHÊ MANHÃ	Pão francês com requeijão Suco de abacaxi	Torrada de pão francês com manteiga Leite com chocolate	Bisnaguinha com manteiga Milho cozido Suco de laranja com mamão	Pão de leite com requeijão Maçã Iogurte	Tapioca com queijo Suco de caju
ALMOÇO	Pepino e tomate em cubos Arroz e Feijão Purê de batata Almondegas ao molho Mexerica	Escarola e cenoura ralada Arroz e Feijão Omelete com legumes Maçã	Alface Crespa e milho Arroz e Feijão Preto Couve manteiga refogada Pernil assado Melão	Alface americana com tomate Arroz e Feijão Beterraba cozida Peixe assado Salada de frutas	Acelga com beterraba Arroz e Feijão Creme de milho Bolinho de frango Gelatina
LANCHÊ TARDE	Bisnaguinha com manteiga Pera Suco de laranja	Bolo de cenoura com chocolate Suco de Uva	Pão de forma com presunto magro Suco de limão	Cereal matinal (Flocos de milho) Suco de abacaxi	Pão de queijo Maçã Suco de maracujá
JANTAR	Arroz, feijão, frango desfiado, repolho e cenoura Banana	Macarrão espaguete com carne e alface Mamão	Arroz, feijão com milho e bolinho de carne uva	Macarrão com frango, acelga e tomate Melão	Arroz e feijão com carne moída e tomate Maçã



CARDÁPIO

5ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



	SEGUNDA-FEIRA 25/08/2025	TERÇA-FEIRA 26/08/2025	QUARTA-FEIRA 27/08/2025	QUINTA-FEIRA 28/08/2025	SEXTA-FEIRA 29/08/2025
LANCHE MANHÃ	Cereal matinal (Flocos de milho) Banana Iogurte	Pão de forma com queijo branco Suco de maracujá	Tapioca com queijo Suco de limão	Pão caseiro com manteiga Suco de laranja	Torrada com manteiga Suco de laranja com mamão
ALMOÇO	Alface com pepino Arroz e Feijão Cenoura cozida Ovo mexido Abacaxi	Acelga e Vinagrete Arroz e Feijão Espinafre refogado Peixe assado Melancia	Tomate e pepino Arroz e Feijão Brócolis refogado Frango xadrez Banana	Mix de folhas verdes Arroz e Feijão Abobrinha refogada Carne maluca Salada de frutas	Tomate e Pepino Arroz e feijão Macarrão Frango ao molho Gelatina
LANCHE TARDE	Pão francês com manteiga Suco de uva	Pão de queijo Suco de cajú	Bisnaguinha com requeijão Suco de abacaxi	Bolo Formigueiro Suco de uva	Pão de leite com queijo branco Leite com achocolatado
JANTAR	Arroz, feijão, pernil desfiado e alface Maçã	Macarrão ao sugo com carne moída e legumes Mamão	Arroz, feijão e ovo mexido com chuchu Melancia	Arroz, feijão, fricassê de frango e cenoura Melão	Arroz, feijão e carne desfiada com abóbora Banana