



CARDÁPIO

1ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



| | SEGUNDA-FEIRA 03/02/25 | TERÇA-FEIRA 04/02/25 | QUARTA-FEIRA 05/02/2025 | QUINTA-FEIRA 06/02/2025 | SEXTA-FEIRA 07/02/2025 |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| LANCHE MANHÃ | Pão francês com manteiga Suco de caju | Bisnaguinha com requeijão Leite com chocolate | Cereal matinal + banana Iogurte | Pão caseiro com manteiga Suco de uva | Torrada com manteiga e orégano Suco de abacaxi |
| ALMOÇO | Alface e tomate Arroz e feijão Abobora cozida Omelete com queijo Melão | Repolho e cenoura Arroz e Feijão Macarrão alho e óleo Frango desfiado ao molho Gelatina | Alface e beterraba cozida Arroz e feijão Seleta de legumes Carne louca Maça | Mix de folhas Arroz e feijão Batata soute Peixe assado Mamão | Escarola e tomate Arroz e feijão Brócolis refogado Pernil assado Salada de fruta |
| LANCHE TARDE | Pão de forma com requeijão Suco de limão | Pão de queijo Suco de maracujá | Bolo de laranja Suco de caju | Pão francês com queijo Suco de limão | Bisnaguinha com manteiga Suco de maracujá |
| JANTAR | Arroz, feijão, carne moída e tomate Maça | Arroz, feijão, pernil desfiado e alface Uva | Arroz, feijão e ovo mexido Mamão | Arroz, feijão e frango em cubos com cenoura Banana | Macarrão com carne moída Manga |



CARDÁPIO

2ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



| | SEGUNDA-FEIRA 10/02/2025 | TERÇA-FEIRA 11/02/2025 | QUARTA-FEIRA 12/02/2025 | QUINTA-FEIRA 13/02/2025 | SEXTA-FEIRA 14/02/2025 |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| LANCHE MANHÃ | Cereal matinal + maçã Iogurte | Bolo de cenoura Suco de uva | Pão de queijo Suco caju | Pão francês com manteiga Suco de melão | Tapioca com queijo Suco de limão |
| ALMOÇO | Acelga com tomate Arroz e Feijão Cenoura e chuchu Escondidinho de Carne moída Melão | Repolho e tomate Arroz e Feijão Polenta Frango desfiado com molho Melancia | Alface e pepino Arroz e Feijão Chuchu Peixe ao molho Gelatina | Vinagrete Arroz e Feijão Abobrinha refogada Pernil assado Salada de frutas | Alface e tomate Arroz e Feijão Macarrão ao sugo Carne moída Maçã |
| LANCHE TARDE | Pão Francês com requeijão Suco de abacaxi | Tostex de queijo Suco de laranja | Bisnaguinha com manteiga Suco de limão | Pão caseiro com queijo Leite com chocolate gelado | Pão de forma com requeijão Suco de caju |
| JANTAR | Arroz, feijão e ovo mexido Mexerica | Macarrão com frango desfiado e alface Banana | Arroz e feijão e Carne com batata Manga | Arroz, feijão, Frango com cenoura Melão | Arroz a grega Laranja |



CARDÁPIO

3ª SEMANA – 7 a 14 ANOS



| | SEGUNDA-FEIRA 17/02/2025 | TERÇA-FEIRA 18/02/2025 | QUARTA-FEIRA 19/02/2025 | QUINTA-FEIRA 20/02/2025 | SEXTA-FEIRA 21/02/2025 |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| LANCHE MANHÃ | Pão francês com manteiga Suco de caju | Bisnaguinha com requeijão Suco de laranja | Pão de forma com manteiga Suco de melão | Crepe com queijo Suco de uva | Biscoito polvilho + maçã Leite com chocolate gelado |
| ALMOÇO | Alface e tomate Arroz e Feijão Abobora cozida Omelete com frios Laranja | Beterraba e rúcula Arroz e feijão Abobrinha refogada Pernil assado Melão | Acelga e tomate Arroz e feijão Purê de batata Kibe de forno Mexerica | Alface e cenoura Arroz e Feijão preto abobrinha refogada Bolinho de frango Melancia | Brócolis e tomate Arroz e Feijão Macarrão a bolonhesa Gelatina |
| LANCHE TARDE | Pão de forma com queijo e peito de peru Suco de uva | Pão caseiro com queijo e peito de peru Suco de limão | Cereal Matinal + maçã Iogurte | Pão de queijo Suco de maracuja | Bolo de fubá Suco de melancia |
| JANTAR | Arroz, feijão, frango em cubos e tomate Manga | Macarrão com frango desfiado e cenoura ralada Maçã | Arroz, feijão, pernil desfiado e alface Banana | Arroz, carne moída e tomate Melão | Arroz, feijão e frango e beterraba Abacaxi |



CARDÁPIO

Desde 1994



5ª SEMANA – 7 a 14 ANOS

| | SEGUNDA-FEIRA 24/02/2025 | TERÇA-FEIRA 25/02/2025 | QUARTA-FEIRA 26/02/2025 | QUINTA-FEIRA 27/02/2025 | SEXTA-FEIRA 28/02/2025 |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| LANCHE MANHÃ | Cereal matinal + maçã logurte ou leite integral | Pão de forma com queijo quente Leite com achocolatado | Pão de queijo Suco de abacaxi | Torrada de pão francês Suco de laranja | Bisnaguinha com requeijão Suco de caju |
| ALMOÇO | Tomate e beterraba Arroz e Feijão Creme de milho Isca de frango Uva | Alface e cenoura Arroz e feijão Chuchu refogado Ovo mexido com cenoura banana | Acelga e tomate Arroz e Feijão Batata e cenoura Picadinho de pernil maçã | Alface, pepino e milho Arroz e feijão Pure de mandioquinha Peixe empanado gelatina | Mix de folhas Arroz e feijão Nhoque Frango desfiado com molho Salada de frutas |
| LANCHE TARDE | Pão francês com queijo Suco de goiaba | Bolo de laranja Suco de melão | Bisnaguinha com requeijão Suco de uva | Pão de forma com manteiga Suco de limão | Pão caseiro com manteiga Suco de pêsego |
| JANTAR | Macarrão com carne desfiada e acelga Maçã | Arroz, feijão e Escondidinho de frango melancia | Macarrão colorido carne moída e legumes Melão | Arroz, feijão, omelete e tomate banana | Arroz, feijão, pernil desfiado e cenoura mamão |