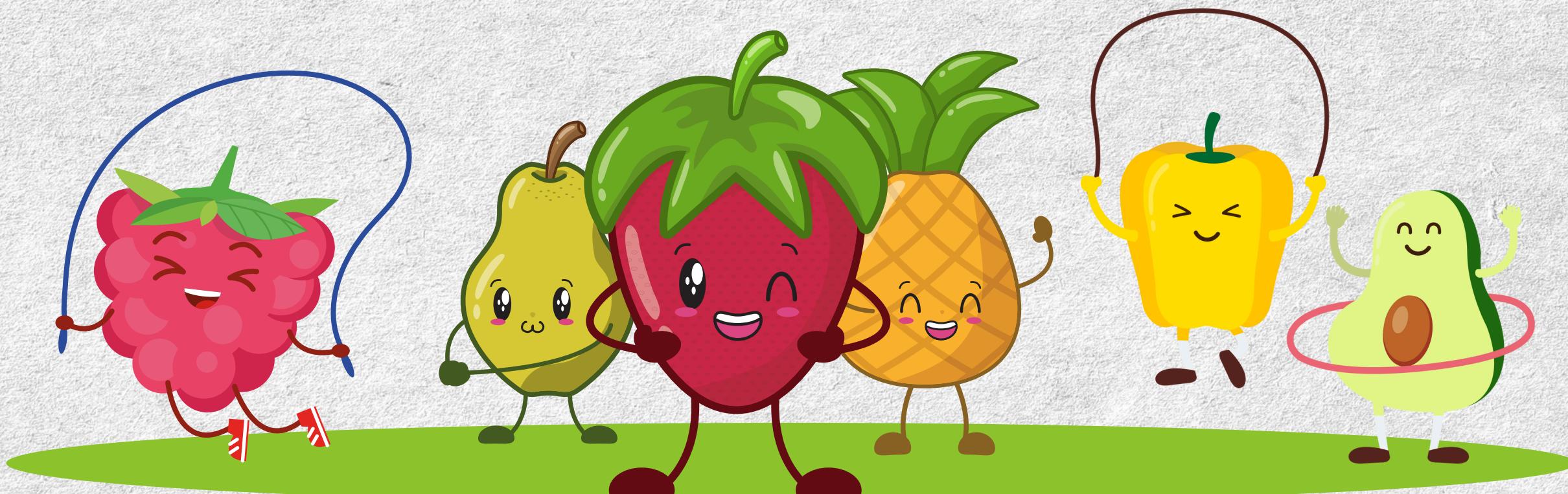


Cardápio 2026

Nutricionista Talita C. M. da Rosa - CRN 08/2153



Berçário	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde
Segunda-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Opção 1: Carne bovina cozida e desfiada, arroz, caldo de feijão, beterraba, chuchu, abobrinha • Opção 2: Carne bovina cozida e desfiada, arroz, caldo de feijão, brócolis, abóbora cabotiá, inhame • Opção 3: Carne bovina cozida e desfiada, arroz, caldo de feijão, cenoura, abobrinha, couve-flor • Opção 4: Carne bovina cozida e desfiada, arroz, caldo de feijão, beterraba, espinafre, chuchu 	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Fruta
Terça-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Opção 1: Frango desfiado, purê de batata salsa, caldo de feijão, espinafre, cenoura, abobrinha • Opção 2: Frango desfiado, purê de mandioca, caldo de feijão, beterraba, couve-flor, abobrinha • Opção 3: Frango desfiado, purê de batata, caldo de feijão, beterraba, chuchu, espinafre • Opção 4: Frango desfiado, purê de mandioca, caldo de feijão, abobrinha, cenoura, brócolis 	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Fruta
Quarta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Opção 1: Carne moída, arroz, grão e caldo de feijão amassado, beterraba, chuchu, cenoura • Opção 2: Carne moída, arroz, grão e caldo de feijão amassado, brócolis, abóbora cabotiá, inhame • Opção 3: Carne moída, arroz, grão e caldo de feijão amassado, cenoura, abobrinha, couve-flor • Opção 4: Carne moída, arroz, grão e caldo de feijão amassado, beterraba, espinafre, chuchu 	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Fruta

Berçário	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde
Quinta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Opção 1: Frango desfiado, polenta, caldo de feijão, espinafre, cenoura, abobrinha • Opção 2: Frango desfiado, polenta, caldo de feijão, beterraba, couve-flor, abobrinha • Opção 3: Frango desfiado, polenta, caldo de feijão, beterraba, chuchu, espinafre, • Opção 4: Frango desfiado, polenta, caldo de feijão, abobrinha, cenoura, brócolis 	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Fruta
Sexta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Opção 1: $\frac{1}{2}$ ovo cozido, arroz, caldo de feijão, beterraba, chuchu, cenoura • Opção 2: Carne moída, arroz, caldo de feijão, brócolis, abóbora cabotiá, inhame • Opção 3: $\frac{1}{2}$ ovo cozido, arroz, caldo de feijão, cenoura, abobrinha, couve-flor • Opção 4: Carne moída, arroz, caldo de feijão, beterraba, espinafre, chuchu 	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Fruta

Atualizado em: 04/02/2026

CADA OPÇÃO CORRESPONDE A UMA SEMANA

Nível I	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde
Segunda-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Mingau nutritivo de aveia sem açúcar • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Opção 1: Carne bovina ao molho picadinho, feijão carioca, purê de batata salsa, legumes e saladas, laranja • Opção 2: Carne bovina ao molho picadinho, feijão carioca, purê de mandioca, legumes e saladas, laranja • Opção 3: Carne bovina ao molho picadinho, feijão carioca, purê de batata doce, legumes e saladas, laranja • Opção 4: Carne bovina ao molho picadinho, feijão carioca, purê de batata, legumes e saladas, laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de aveia, banana/maçã e uva passa sem adição de açúcar, • Fruta • Polenta cremosa c/ carne
Terça-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Batata doce cozida • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Opção 1: Frango desfiado, arroz, sopa de feijão com legumes, saladas, laranja • Opção 2: Frango desfiado, arroz, feijão preto, legumes, saladas, laranja • Opção 3: Frango desfiado, arroz, sopa de feijão com legumes, saladas, laranja • Opção 4: Frango desfiado, arroz, feijão preto, legumes, saladas, laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão caseiro c/requeijão • Fruta • Sopinha de legumes
Quarta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Pão caseiro colorido com requeijão ou manteiga • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Opção 1: Carne moída refogada, macarrão, feijão carioca, legumes, saladas, melancia • Opção 2: Carne moída ao molho com batata, feijão carioca, legumes, saladas, melancia • Opção 3: Carne moída refogada, macarrão, feijão carioca, legumes, saladas, melancia • Opção 4: Carne moída ao molho, mandioca cozida, feijão carioca, legumes, saladas, melancia 	<ul style="list-style-type: none"> • Cupcake s/ açúcar, • Fruta • Purê de batata inglesa ou salsa com molho de carne

Nível I	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde
Quinta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Pão caseirinho • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Opção 1: Frango desfiado, arroz, feijão preto, legumes, saladas, laranja • Opção 2: Frango desfiado, arroz, sopa de feijão com legumes, saladas, laranja • Opção 3: Frango desfiado, arroz, feijão preto, legumes, saladas, laranja • Opção 4: Frango desfiado, arroz, sopa de feijão com legumes, saladas, laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Batata doce cozida, • Fruta • Sopinha de macarrão, espinafre, legumes e frango
Sexta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Pão de leite com requeijão • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Opção 1: Ovo cozido, arroz, feijão carioca, legumes, saladas, laranja • Opção 2: Carne moída, polenta, feijão carioca, legumes, saladas, laranja • Opção 3: Ovo cozido, arroz, feijão carioca, legumes, saladas, laranja • Opção 4: Carne moída, polenta, feijão carioca, legumes, saladas, laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão caseiro • Fruta • Mingau nutritivo de aveia sem açúcar

Atualizado em: 04/02/2026

CADA OPÇÃO CORRESPONDE A UMA SEMANA

Nível II e III	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde
Segunda-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Pão de leite, queijo • Suco natural • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Opção 1: Carne bovina ao molho picadinho, arroz, feijão carioca, purê de batata salsa, legumes e saladas, laranja • Opção 2: Carne bovina ao molho picadinho, arroz, feijão carioca, purê de mandioca, legumes e saladas, laranja • Opção 3: Carne bovina ao molho picadinho, arroz, grão de bico, purê de batata doce, legumes e saladas, laranja • Opção 4: Carne bovina ao molho picadinho, arroz, feijão carioca, purê de batata, legumes e saladas, laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão caseiro com requeijão/ manteiga/ geleia caseira • Suco de frutas natural sem açúcar • Fruta
Terça-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de laranja • Batata doce cozida • Chá ou suco • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Opção 1: Frango assado, arroz, sopa de feijão com legumes, saladas, laranja • Opção 2: Cubinhos de frango com batata e cenoura, arroz, feijão preto, legumes, saladas, laranja • Opção 3: Frango assado, arroz, sopa de feijão com legumes, saladas, laranja • Opção 4: Peito de frango grelhado, arroz, feijão preto, macarrão, legumes, saladas, laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Cupcake de aveia com banana sem açúcar, • Suco de frutas natural sem açúcar • Fruta
Quarta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Pão caseiro colorido • Suco natural • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Opção 1: Carne moída refogada, macarrão, feijão carioca, legumes, saladas, melancia • Opção 2: Carne moída ao molho com batata, arroz, feijão carioca, legumes, saladas, melancia • Opção 3: Carne moída refogada, macarrão, feijão carioca, legumes, saladas, melancia • Opção 4: Carne moída ao molho, mandioca cozida, feijão carioca, legumes, saladas, melancia 	<ul style="list-style-type: none"> • Torta salgada de carne com legumes • Suco de frutas natural sem açúcar • Fruta

Nível II e III	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde
Quinta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Pão integral com ovos mexidos • Chá ou suco • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Opção 1: Frango desfiado ao molho, arroz, feijão preto, legumes, saladas, laranja • Opção 2: Frango assado, arroz, sopa de feijão com legumes, saladas, laranja • Opção 3: Bife de peito de frango grelhado, arroz, feijão preto, legumes, saladas, laranja • Opção 4: Cubinhos de frango acebolados, arroz, sopa de feijão com legumes, saladas, laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão com carne ou frango • Suco de frutas natural sem açúcar • Fruta
Sexta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo simples • Chá ou suco • Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> • Opção 1: Omelete de legumes, arroz, feijão carioca, saladas, melancia • Opção 2: Carne moída, polenta, feijão carioca, legumes, saladas, melancia • Opção 3: Carne moída ao molho de tomate, nhoque, arroz, feijão carioca, legumes, saladas, melancia • Opção 4: Carne de panela com legumes, polenta, feijão carioca, saladas, melancia 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão de queijo • Suco de frutas natural sem açúcar • Fruta

Atualizado em: 04/02/2026

CADA OPÇÃO CORRESPONDE A UMA SEMANA

Nível IV ao 6º ano	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde
Segunda-Feira	<ul style="list-style-type: none"> Café com leite/Leite com achocolatado/Chá Pão de leite, queijo, ovos mexidos Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Opção 1: Bife grelhado, arroz, feijão carioca, purê de batata salsa, legumes e saladas, laranja Opção 2: Paleta ao molho, arroz, feijão carioca, legumes e saladas, laranja Opção 3: Carne de panela com legumes, arroz, grão de bico, purê de batata doce, saladas, laranja Opção 4: Bife grelhado, arroz, feijão carioca, purê de batata, legumes e saladas, laranja 	<ul style="list-style-type: none"> Cupcake de cenoura ou aveia Suco de fruta natural Fruta
Terça-Feira	<ul style="list-style-type: none"> Café com leite/Leite com achocolatado /Chá Bolo simples Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Opção 1: Frango assado, arroz, feijão preto, purê de cabotiá, legumes, saladas, abacaxi Opção 2: Strogonoff de peito de frango, arroz, feijão preto, batata dorê ou batata palha, legumes, saladas, abacaxi Opção 3: Frango assado, arroz, feijão preto, macarrão, legumes, saladas, abacaxi Opção 4: Bife de peito de frango grelhado, arroz, feijão preto, macarrão, legumes, saladas, abacaxi 	<ul style="list-style-type: none"> Pão caseiro com requeijão/ manteiga/ geleia caseira Suco de fruta natural Fruta
Quarta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> Café com leite/Leite com achocolatado /Chá Pão bisnaga ou pão caseiro colorido Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Opção 1: Kibe assado ou torta de carne moída, quirera, feijão carioca, legumes, saladas, melancia. Opção 2: Lasanha de carne moída, arroz, feijão carioca, legumes, saladas, melancia. Opção 3: Torta de carne moída ou hambúrguer caseiro, macarrão ao sugo, feijão carioca, legumes, saladas, melancia. Opção 4: Carne moída ao molho, mandioca cozida, arroz, feijão carioca, legumes, saladas, melancia 	<ul style="list-style-type: none"> Torta salgada (Sardinha) ou Misto quente Suco de fruta natural Fruta

Nível IV ao 6º ano	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde
Quinta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> Café com leite/Leite com achocolatado/Chá Pão integral com ovos mexidos Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Opção 1: Lasanha de frango, arroz, feijão preto, legumes, saladas, laranja Opção 2: Frango assado, arroz, feijão carioca, farofa de legumes, saladas, laranja Opção 3: Bife de peito de frango grelhado, arroz, feijão preto, legumes, saladas, laranja Opção 4: Cubinhos de frango acebolados, arroz, feijão preto, polenta, legumes, saladas, laranja 	<ul style="list-style-type: none"> Pão com carne ou frango/ Torta salgada/ Biscoito de polvilho Vitamina de frutas Fruta
Sexta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> Café com leite/Leite com achocolatado /Chá Bolo simples Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> Opção 1: Omelete de legumes, arroz, feijão carioca, saladas, melancia Opção 2: Almôndegas ao molho sugo, polenta, feijão carioca, legumes, saladas, melancia Opção 3: Carne moída ao molho de tomate, nhoque, arroz, feijão carioca, legumes, saladas, melancia Opção 4: Panqueca de carne moída, feijão carioca, saladas, melancia 	<ul style="list-style-type: none"> Pão de queijo ou biscoito de polvilho ou torta salgada Suco de fruta natural Fruta

Atualizado em: 04/02/2026

CADA OPÇÃO CORRESPONDE A UMA SEMANA

OPÇÕES DE SUBSTITUIÇÕES

	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde
Segunda-Feira	<ul style="list-style-type: none"> Frutas: maçã ou goiaba (a partir do Nível II) Bolo integral de maçã/ Bolo de banana com aveia/ Bolo de fubá/ Bolo de cabotiá/ Bolo simples 	<ul style="list-style-type: none"> Carne Bovina: bife acebolado, bife a rolê, bife ao molho, bife grelhado, picadinho com legumes, iscas grelhadas 	<ul style="list-style-type: none"> Pão caseiro de espinafre, cenoura e beterraba
Terça-Feira	<ul style="list-style-type: none"> Frutas: banana ou abacate Pão integral 	<ul style="list-style-type: none"> Frango assado, frango ao molho, frango grelhado, cubinhos de frango acebolados, lasanha 	<ul style="list-style-type: none"> Cupcake de cacau, cenoura, aveia, limão, maçã com uva passa Vitamina de frutas
Quarta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> Frutas: mamão ou manga Bolo simples de fubá, laranja, limão, cenoura sem cobertura 	<ul style="list-style-type: none"> Carne Moída: almôndegas ao sugo, carne moída refogada com molho de tomate, torta de carne moída, kibe assado recheado, escondidinho de carne, lasanha a bolonhesa 	<ul style="list-style-type: none"> Calzone de frango ou carne Biscoito de polvilho assado
Quinta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> Frutas: melão ou uva (a partir do Nível II) 	<ul style="list-style-type: none"> Frango: coxa e sobrecoxa assada, peito de frango grelhado, peito desfiado ao molho de tomate, peito em cubos com molho branco 	<ul style="list-style-type: none"> Torta de legumes, torta de frango, torta de carne moída Biscoito de polvilho assado
Sexta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> Frutas: pera ou ameixa, pêssego, morango, frutas de época (a partir do Nível II) 	<ul style="list-style-type: none"> Nhoque de batata-doce com carne ao molho; Abobrinha recheada, Strogonoff 	<ul style="list-style-type: none"> Pastel assado ou mini pizza ou pão com carne moída ou frango