













	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
1ª semana	03/11	04/11	05/11	06/11	07/11
5ª semana	01/12	02/12	03/12	04/12	05/12
9ª semana	29/12	30/12	FERIADO - 31/12	RECESSO - 01/01	RECESSO - 02/01
COLAÇÃO*	Suco de maracujá	Vitamina de banana com aveia	Suco de caju	Suco de uva	Suco de maracujá
	Pão francês com queijo	Pão de queijo	Bolo mesclado	Pão suíço com manteiga	Pão francês com pastinha de ricota
ALMOÇO	Brócolis Arroz Branco Feijão Preto	Agrião e beterraba cozida Macarrão espaguete ao alho e óleo Arroz Branco Feijão Preto	Alface Legumes refogados Arroz Branco Feijão Preto	Brócolis Aipim corado Arroz Branco Feijão Manteiga	Alface Tomate Arroz Integral Feijão Preto
	Risoto de FRANGO com cenoura	CARNE moída ao sugo	Filé de PEIXE ensopado	Iscas de CARNE grelhadas	Escondidinho de FRANGO com batata
	Banana	Gelatina natural de uva	Abacaxi	Mamão	Mousse de Limão
LANCHE	Suco de uva	Suco de caju	Suco de maracujá	Suco de caju	Suco de uva
	Bolo de cenoura com calda (de cacau)	Pão francês com ovos mexidos	Esfiha de frango	Enroladinho de queijo	Cookie de cacau com aveia
	Maçã	Laranja	Banana	Maçã	Banana
JANTAR	Polenta Arroz Branco Feijão Preto	Batata corada Arroz Branco Feijão Preto	Creme de milho Arroz Branco Feijão Preto	Quibebe Arroz Branco Feijão Preto	Cenoura e brócolis Macarrão parafuso ao sugo Feijão Preto
	CARNE moída ao sugo com repolho	Estrogonofe de FRANGO	Bifinho de CARNE de panela	Cubos de FRANGO ensopados	OVO cozido
	Manga	Maçã	Melão	Banana	Melão

Cardápio conforme a LEI N° 7.987, DE 11 DE JULHO DE 2023, que institui ações de combate à obesidade infantil.

Cardápio sujeito a alteração de acordo com a disponibilidade dos alimentos. Para a educação infantil não oferecemos salada crua. No lanche, caso o aluno não aceite o alimento proposto, haverá substituição do mesmo por biscoito de polvilho ou pão francês com manteiga (O.p.: Opcional). ***Exceto alunos do 1º ano (colação).**







	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
2ª semana	10/11	11/11	12/11	13/11	14/11
6ª semana	08/12	09/12	10/12	11/12	12/12
COLAÇÃO*	Iogurte natural com morango	Suco de maracujá	Suco de uva	Suco de abacaxi	Suco de maracujá
	Pão francês com manteiga	Cookie de cacau com aveia	Bolo de laranja	Pão suíço com requeijão caseiro	Pão de queijo
ALMOÇO	Brócolis Cenoura sauté Arroz Branco Feijão Preto	Tomate Couve-flor gratinada Arroz Branco Feijão Carioca	Alface e pepino Batata-doce corada Arroz Branco Feijão Preto	Agrião Quibebe Arroz Integral Feijão Preto	Beterraba e tomate Creme de espinafre Arroz Branco Feijão Preto
	Lasanha de CARNE	Filé de FRANGO à milanesa	Estrogonofe de CARNE	Sobrecoxa de FRANGO assada	Filé de PEIXE grelhado
	Maçã	Gelatina natural de manga e maracujá	Melancia	Banana	Sacolé cremoso de morango
LANCHE	Suco de uva	Suco de caju	Suco de maracujá	Suco de uva	Suco de caju
	Bolo de chocolate (com cacau)	Pãozinho Marguerita (pão de forma, queijo e molho de tomate caseiro)	Pão suíço com queijo minas	Hambúrguer de carne caseiro (de forno)	Pão francês com ovos mexidos
	Banana	Maçã	Banana	Maçã	Laranja
JANTAR	Arroz Branco Feijão Preto	Farofa com cenoura ralada Arroz Branco Feijão Preto	Macarrão espaguete com brócolis Arroz Branco Feijão Preto	Legumes refogados Arroz Branco Feijão Preto	Abobrinha ao parmesão (de forno) Arroz Branco Feijão Preto
	Cubos de FRANGO ensopados com batata	Churrasquinho de CARNE	Iscas de FRANGO grelhadas	CARNE moída ao sugo	FRANGO desfiado refogado
	Melão	Banana	Mamão	Gelatina natural de manga e maracujá	Uva

Cardápio conforme a LEI Nº 7.987, DE 11 DE JULHO DE 2023, que institui ações de combate à obesidade infantil.

Cardápio sujeito a alteração de acordo com a disponibilidade dos alimentos. Para a educação infantil não oferecemos salada crua. No lanche, caso o aluno não aceite o alimento proposto, haverá substituição do mesmo por biscoito de polvilho ou pão francês com manteiga (O.p.: Opcional). ***Exceto alunos do 1º ano (colação).**

Gabriella A. Talarico
Nutricionista
CRN4 14101035




	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
3ª semana	17/11	18/11	19/11	FERIADO - 20/11	21/11
7ª semana	15/12	16/12	17/12	18/12	19/12
COLAÇÃO*	Smoothie de banana com cacau	Suco de maracujá	Suco de uva	Limonada	Suco de caju
	Pão de queijo	Pão suíço com manteiga	Bolo de cenoura com calda (de cacau)	Pão francês com ovos mexidos	Queijo quente (sanduíche de pão de forma com queijo derretido)
ALMOÇO	Tomate e espinafre refogado Cenoura sauté Arroz Branco Feijão Preto	Alface Batata palito corada Arroz Branco Feijão Preto	Agrião Purê misto (inhame e batata) Arroz Integral Feijão Preto	Alface e tomate Creme de milho Arroz Branco Feijão Preto	Cenoura e brócolis Macarrão parafuso ao sugo Feijão Manteiga
					
	OVOS mexidos	Filé de FRANGO grelhado	CARNE moída ao sugo	Nuggtes de FRANGO assado (com frango moído e cenoura)	CARNE assada
	Manga	Gelatina natural de uva	Laranja	Maçã	Brigadeiro saudável
LANCHE	Suco de uva	Suco de caju	Suco de maracujá	Suco de caju	Suco de uva
	Bolo de mesclado (com cacau)	Pizza de mussarela	Pão francês com requeijão	Esfiha de carne	Pão suíço com pastinha de frango
	Laranja	Banana	Maçã	Banana	Maçã
JANTAR	Purê de batata-doce Arroz Branco Feijão Preto	Macarrão espaguete ao alho e óleo Feijão Preto	Quibebe Arroz Branco Feijão Preto	Couve-flor sauté Arroz Branco Feijão Preto	Legumes refogados Arroz Branco Feijão Preto
					
	Gurjão de FRANGO	CARNE moída ao sugo com chuchu	Peito de FRANGO assado	Picadinho de CARNE	Filé de PEIXE grelhado
	Melancia	Mamão	Banana	Gelatina natural de uva	Abacaxi

Cardápio conforme a LEI Nº 7.987, DE 11 DE JULHO DE 2023, que institui ações de combate à obesidade infantil.

Cardápio sujeito a alteração de acordo com a disponibilidade dos alimentos. Para a educação infantil não oferecemos salada crua. No lanche, caso o aluno não aceite o alimento proposto, haverá substituição do mesmo por biscoito de polvilho ou pão francês com manteiga (O.p.: Opcional). ***Exceto alunos do 1º ano (colação).**

Gabriella A. Talarico
Nutricionista
CRN4 14101035



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
4ª semana	24/11	25/11	26/11	27/11	28/11
8ª semana	22/12	23/12	RECESSO - 24/12	FERIADO - 25/12	26/12
COLAÇÃO*	Suco de uva	Vitamina de banana com morango	Suco de maracujá	Suco de uva	Suco de caju
	Pão francês com manteiga	Pão de queijo	Cookie de cacau com aveia	Pão suíço com queijo	Bolo de chocolate (com cacau)
ALMOÇO	Agrião Purê de batata Arroz Branco Feijão Preto	Alface e tomate Farofa Arroz Branco Feijão Preto	Agrião Legumes sauté Arroz Branco Feijão Preto	Couve refogada e beterraba Polenta Arroz Branco Feijão Carioca	Alface e tomate Batata-palha Arroz Branco Feijão Preto
	Filé de PEIXE à milanesa	Churrasquinho de CARNE	Cubos de FRANGO ensopados	CARNE moída ao sugo	Estrogonofe de FRANGO
	Banana	Gelatina natural de manga e maracujá	Melancia	Salada de frutas	Uva
LANCHE	Suco de maracujá	Suco de caju	Suco de uva	Suco de caju	Suco de maracujá
	Bolo de laranja	Pão francês com ovos mexidos	Pãozinho Marguerita (pão de forma, queijo e molho de tomate caseiro)	Enroladinho de frango com requeijão	Pão francês com manteiga
	Maçã	Laranja	Banana	Maçã	Banana
JANTAR	Brócolis Macarrão parafuso ao sugo Feijão Preto	Cenoura sauté Arroz Branco Feijão Preto	Purê de inhame Arroz Branco Feijão Preto	Creme de milho Arroz Branco Feijão Preto	Cenoura refogada Brócolis Arroz Branco Feijão Preto
	CARNE moída refogada	Risoto de FRANGO	Bifinho de CARNE de panela	FRANGO desfiado refogado	OVOS mexidos
	Melancia	Mamão	Maçã	Banana	Maçã

Cardápio conforme a LEI Nº 7.987, DE 11 DE JULHO DE 2023, que institui ações de combate à obesidade infantil.

Cardápio sujeito a alteração de acordo com a disponibilidade dos alimentos. Para a educação infantil não oferecemos salada crua. No lanche, caso o aluno não aceite o alimento proposto, haverá substituição do mesmo por biscoito de polvilho ou pão francês com manteiga (O.p.: Opcional). ***Exceto alunos do 1º ano (colação).**

Gabriella A. Talarico
Nutricionista
CRN4 14101035

