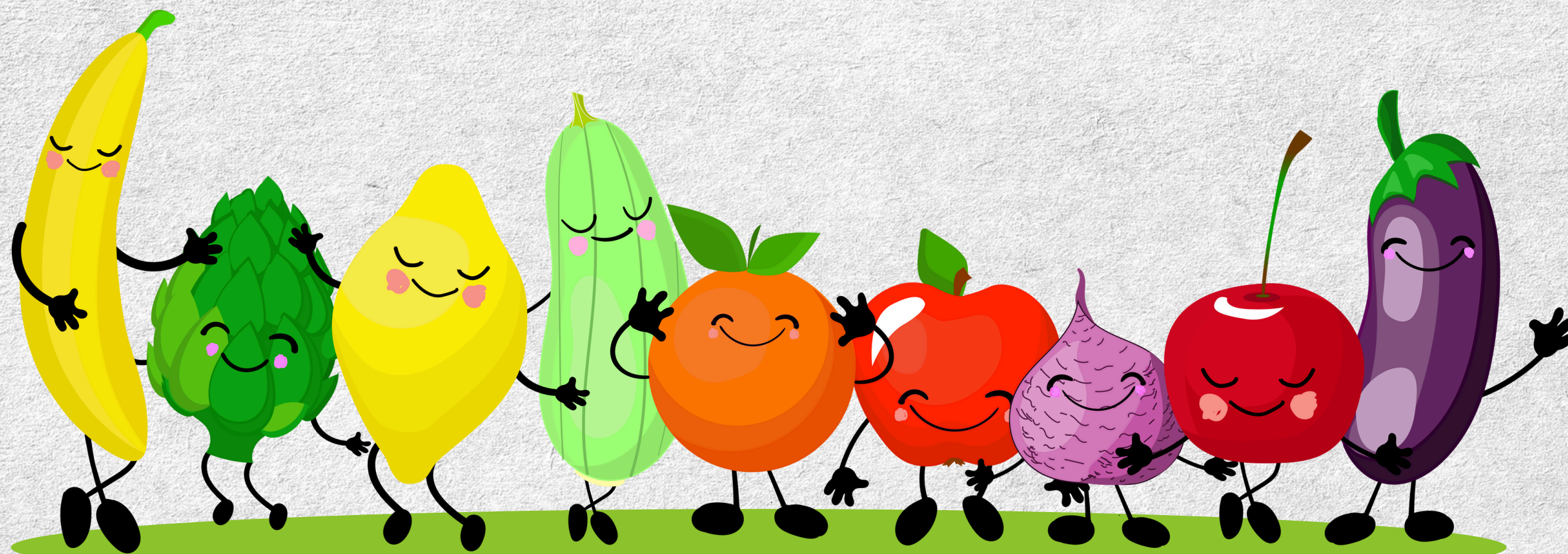
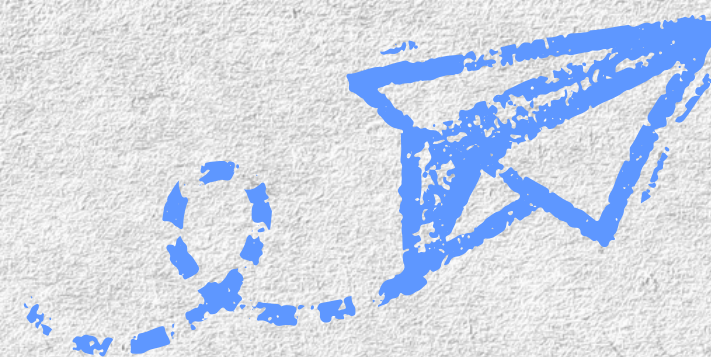


CARDÁPIO 2025

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: ½ ovo cozido, arroz, caldo de feijão, beterraba, chuchu, cenoura • Opção 2: Carne moída, arroz, caldo de feijão, brócolis, abóbora cabotiá, inhame • Opção 3: ½ 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: 07/02/2025

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 picadinha, feijão carioca, purê de batata salsa, legumes e saladas, laranja • Opção 2: Carne bovina ao molho picadinha, feijão carioca, purê de mandioca, legumes e saladas, laranja • Opção 3: Carne bovina ao molho picadinha, feijão carioca, purê de batata doce, legumes e saladas, laranja • Opção 4: Carne bovina ao molho picadinha, feijão carioca, purê de batata, legumes e saladas, laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Polenta cremosa com carne • Suco de fruta natural sem açúcar • Fruta
Terça-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Pão de leite c/ manteiga • 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 com requeijão • Suco de uva • Fruta
Quarta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Pão caseiro colorido com requeijão • 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"> • Bolo de aveia, banana/maçã e uva passa sem adição de açúcar, • Suco de mamão com laranja sem açúcar / Fruta

Nível I	Café da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde
Quinta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula infantil da criança • Pão bisnaga • 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"> • Sopinha de macarrão, espinafre, legumes e frango • Fruta
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 Bisnaga ou pão caseiro ou cupcake de aveia com banana sem açúcar • Suco de uva • Fruta

Atualizado em: 07/02/2025

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 picadinha, arroz, feijão carioca, purê de batata salsa, legumes e saladas, laranja • Opção 2: Carne bovina ao molho picadinha, arroz, feijão carioca, purê de mandioca, legumes e saladas, laranja • Opção 3: Carne bovina ao molho picadinha, arroz, grão de bico, purê de batata doce, legumes e saladas, laranja • Opção 4: Carne bovina ao molho picadinha, arroz, feijão carioca, purê de batata, legumes e saladas, laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Cupcake de aveia com banana sem açúcar, • Suco de frutas natural sem açúcar • Fruta
Terça-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de laranja • 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"> • Pão caseiro com requeijão/ manteiga/ geleia caseira • Suco de frutas natural sem açúcar • Fruta
Quarta-Feira	<ul style="list-style-type: none"> • Pão bisnaga ou 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: 07/02/2025

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 acebolado, arroz, feijão carioca, purê de batata salsa, legumes e saladas, laranja • Opção 2: Vaca atolada (paleta com mandioca), 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 ao molho, 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: Carne moída refogada, bolinho de arroz assado, feijão carioca, legumes, saladas, melancia • Opção 2: Lasanha de carne moída, arroz, feijão carioca, legumes, saladas, melancia • Opção 3: Torta de carne moída, 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 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: 07/02/2025

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, pêssigo, 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