

CARDÁPIO SEMANAL – INTEGRAL MATERNAL, JARDIM e INFANTIL OUTUBRO 2025

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 06/10/2025	TERÇA-FEIRA 07/10/2025	QUARTA-FEIRA 08/10/2025	QUINTA-FEIRA 09/10/2025	SEXTA – FEIRA 10/10/2025
CAFÉ DA MANHÃ	- Bolacha - Leite ***	- Pão com requeijão caseiro - Leite ***	- Pão com manteiga - Leite ***	- Pão com manteiga - Leite ***	- Pão com margarina - Leite ***
COLAÇÃO	- Fruta	- Fruta	**Salada de Fruta	- Fruta	- Fruta
ALMOÇO	- Arroz - Feijão - Farofa de ovos ou ovos mexidos com ****legumes - Salada	- Arroz - Feijão - Coxa/sobrecoxa de frango assado com batatas - Salada	- Arroz - Feijão cozido com lentilha - Carne bovina cozida (posta vermelha/coxão duro) com *batatas, cenoura e grão de bico - Salada	- Arroz com frango, açafrão e ****legumes	- Macarrão com carne moída - Salada
LANCHE TARDE I	- Leite ***	- Leite ***	- Leite ***	- Leite ***	- Leite ***
JANTAR	- Sopa de macarrão ninho, carne bovina, ****legumes	- Sopa de feijão com macarrão Ave Maria, carne em cubos e ****legumes	- Arroz, purê de batata c/ ****legumes e Carne bovina moída refogada	- ** Pão com carne moída (pão tipo hot dog com carne moída) - Suco de frutas (polpa congelada)	- ** Bolo de banana com cenoura e uvas passas
LANCHE TARDE II	- Fruta	- Fruta	- Papa de aveia, leite, banana e canela	- Fruta	- Fruta

* A batata pode ser substituída por batata doce ou mandioca ou legumes, caso haja disponibilidade destes alimentos. ** Alimentação referente ao dia das crianças. *** O leite pode ser servido com cacau e uvas passas ou puro ou batido com frutas ou leite com leite em pó tostado. Servir conforme melhor aceitação dos alunos. **** Utilizar os legumes que estiverem disponíveis na escola/ CMEI.

Nutricionistas responsáveis: Anaysa Borges Soares CRN8/15427, Adriela Albino Rydlewski Ito CRN 8/4846, Geovana Smiderle Hornburg CRN 8/14299

CARDÁPIO SEMANAL – INTEGRAL MATERNAL, JARDIM e INFANTIL OUTUBRO 2025

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 13/10/2025	TERÇA-FEIRA 14/10/2025	QUARTA-FEIRA 15/10/2025	QUINTA-FEIRA 16/10/2025	SEXTA – FEIRA 17/10/2025
CAFÉ DA MANHÃ		- Bolacha - Leite ***	- Pão com manteiga - Leite ***	- Pão com manteiga - Leite ***	- Pão com margarina - Leite ***
COLAÇÃO		- Fruta	- Fruta	- Fruta	- Fruta
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	- Macarrão com carne moída, milho e ervilha - Salada	- Arroz - Feijão com ervilhas secas - Carne bovina (posta vermelha/coxão duro) cozida com ****legumes - Salada	- Arroz - Feijão - Filé de coxa assada com *batata, açafrão, cebola e tomate - Salada	- Arroz - Feijão - Carne suína cozida/refogada com cebola, alho e cheiro verde - **Mandioca cozida - Salada
LANCHE TARDE I		- Leite ***	- Leite ***	- Leite ***	- Leite ***
JANTAR		- Sopa de ervilhas secas, carne bovina e ****legumes	- Arroz, batata com ****legumes refogados e frango desfiado	- Sopa creme de grão de bico, frango e ****legumes	- Sopa de macarrão mini concha, frango (peito ou coxa) e ****legumes
LANCHE TARDE II		- Fruta	- Papa de aveia, leite, banana e canela	- Fruta	- Fruta

* A batata pode ser substituída por batata doce ou mandioca ou legumes, caso haja disponibilidade destes alimentos. ** A mandioca pode ser substituída por mandioquinha, batata, batata doce, inhame dependendo da disponibilidade do fornecedor.*** O leite pode ser servido com cacau e uvas passas ou puro ou batido com frutas ou leite com leite em pó tostado. Servir conforme melhor aceitação dos alunos. **** Utilizar os legumes que estiverem disponíveis na escola/ CMEI.

CARDÁPIO SEMANAL – INTEGRAL MATERNAL, JARDIM e INFANTIL OUTUBRO 2025

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 20/10/2025	TERÇA-FEIRA 21/10/2025	QUARTA-FEIRA 22/10/2025	QUINTA-FEIRA 23/10/2025	SEXTA – FEIRA 24/10/2025
CAFÉ DA MANHÃ	- Bolacha cream cracker - Leite ***	- Pão c/ requeijão caseiro - Leite ***	- Pão c/ manteiga - Leite ***	- Pão c/ manteiga - Leite ***	- Pão c/ manteiga - Leite ***
COLAÇÃO	- Fruta	- Fruta	- Fruta	- Fruta	- Fruta
ALMOÇO	- Arroz - Feijão - Farofa de ovos ou ovos mexidos com ** legumes Salada	- Arroz - Canjiquinha com carne suína cozida/refogada com cebola, cheiro verde e para finalizar tomates picadinhos - Salada	- Arroz - Feijão - Carne bovina (coxão duro/posta vermelha) cozida com *mandioca - Salada	- Arroz - Feijão com lentilha - Filé de Coxa/sobrecoxa de frango em cubos, refogado com açafrão, tomate, orégano, grão de bico e cheiro verde Salada	- Arroz - Feijão - Carne bovina (coxão duro/posta vermelha) com ** legumes e cheiro verde - Salada
LANCHE TARDE I	- Leite ***	- Leite ***	- Leite ***	- Leite ***	- Leite ***
JANTAR	- Sopa de macarrão cabelo de anjo, frango e ** legumes	- Sopa creme de ervilhas secas, carne bovina cozida e desfiada e ** legumes	- Arroz, ** legumes refogados e carne bovina moída	- Suco de fruta (polpa) - Torta de carne moída e ** legumes	- Sopa engrossada c/ fubá, macarrão mini concha, peito de frango e ** legumes
LANCHE TARDE II	- Fruta	- Fruta	- Papa de aveia, leite, banana e canela	- Fruta	- Fruta

* A mandioca pode ser substituída por mandioquinha, batata, batata doce, inhame dependendo da disponibilidade do fornecedor. ** Utilizar os legumes que estiverem disponíveis na escola/ CMEI. *** O leite pode ser servido com cacau e uvas passas ou puro ou batido com frutas ou leite com leite em pó tostado. Servir conforme melhor aceitação dos alunos.

CARDÁPIO SEMANAL – INTEGRAL MATERNAL, JARDIM e INFANTIL OUTUBRO 2025

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 27/10/2025	TERÇA-FEIRA 28/10/2025	QUARTA-FEIRA 29/10/2025	QUINTA-FEIRA 30/10/2025	SEXTA – FEIRA 31/10/2025
CAFÉ DA MANHÃ	- Biscoito Cream Cracker - Leite ***	- Pão com requeijão caseiro - Leite ***	- Pão com manteiga - Leite ***	- Pão com manteiga - Leite ***	- Pão com margarina - Leite ***
COLAÇÃO	- Fruta	- Fruta	- Fruta	- Fruta	- Papa de bolacha maria ou maisena c/ leite
ALMOÇO	- Arroz - Feijão - Carne moída com tomate e cheiro verde - Salada	- Arroz - Polenta com filé de coxa/sobrecoxa de frango ao molho - Salada	- Arroz - Feijão preto com carne suína e legumes - Salada	- Arroz Feijão - Estrogonofê de carne bovina (coxão duro/posta vermelha) - Salada	- Arroz - Feijão - Quibe assado com carne bovina moída, cebola, tomate, cenoura e *abobrinha - Salada
LANCHE TARDE I	- Leite ***	- Leite ***	- Leite ***	- Leite ***	- Leite ***
JANTAR	- Sopa de macarrão, carne bovina e ** legumes	- Sopa engrossada c/ fubá, macarrão mini concha, peito de frango e ** legumes	- Arroz, batata com ** legumes refogados e peito de frango	- Bolo de aveia com maçã e uva passa - Suco de fruta (polpa)	- Sopa creme de grão de bico, frango e ** legumes
LANCHE TARDE II	- Fruta	- Fruta	- Papa de aveia, leite, banana e canela	- Fruta	- Fruta

* A abobrinha pode ser substituída por outro legume, caso haja disponibilidade na escola/CMEI. ** Utilizar os legumes que estiverem disponíveis na escola/ CMEI. *** O leite pode ser servido com cacau e uvas passas ou puro ou batido com frutas ou leite com leite em pó tostado. Servir conforme melhor aceitação dos alunos.