

# Cardápio - Infantil 3, 4, 5 e 1º ano

## Almoço - Integral / USchool Plus

### Mês Maio - 2026

ALMOÇO	Segunda-Feira 04/05	Terça-Feira 05/05	Quarta-Feira 06/05	Quinta-Feira 07/05	Sexta-Feira 08/05
Saladas	Alface, tomate, pepino fatiado	Alface, tomate e couve com repolho colorido	Alface, tomate, salada de batata	Alface, tomate e brócolis cozido	Alface, tomate e cenoura ralada
Prato Principal	Hambúrguer caseiro de carne	Iscas de frango aceboladas	Filé de tilápia grelhado	Polpetone à parmegiana (muçarela + molho de tomate caseiro)	Sobrecoxa de frango assada
Opção	Ovo cozido	Carne suína desfiada	Carne moída refogada	Ovos mexidos	Omelete
Guarnição	Macarrão integral ao sugo	Couve-flor assada com cúrcuma	Purê de mandioquinha	Batata frita	Milho refogado
Prato Base	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral, feijão, grão de bico	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão
Fruta	Creme de abacate	Laranja lima	Maçã	Manga	Mix de frutas
Suco	Acerola	Uva	Limonada	Laranja	Frutas vermelhas

# Cardápio - Infantil 3, 4, 5 e 1º ano

## Almoço - Integral / USchool Plus

### Mês Maio - 2026

ALMOÇO	Segunda-Feira 11/05	Terça-Feira 12/05	Quarta-Feira 13/05	Quinta-Feira 14/05	Sexta-Feira 15/05
Saladas	Alface, tomate e beterraba cozida	Alface, tomate e cenoura ralada	Alface, tomate e vinagrete	Alface, tomate e agrião	Alface, tomate e rúcula com manga
Prato Principal	Rocambole de carne com creme de ricota	Lasanha à bolonhesa	Feijoada (pernil em cubos, linguiça calabresa e bacon)	Tiras de frango com champignons	Bife à rolê (cenoura e cebola)
Opção	Ovo frito	Iscas de frango grelhadas	Frango em cubinhos	Quibe ao forno	Omelete
Guarnição	Abobrinha assada	Mix de legumes refogados	Farofinha colorida e couve refogada	Macarrão integral ao sugo	Mandioquinha assada com alecrim
Prato Base	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral, feijão e grão de bico	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão
Fruta	Uva	Banana	Mexerica	Melancia	Melão
Suco	Melancia	Abacaxi	Caju	Frutas tropicais	Goiaba

# Cardápio - Infantil 3, 4, 5 e 1º ano

## Almoço - Integral / USchool Plus

### Mês Maio - 2026

ALMOÇO	Segunda-Feira 18/05	Terça-Feira 19/05	Quarta-Feira 20/05	Quinta-Feira 21/05	Sexta-Feira 22/05
Saladas	Alface, tomate e couve-flor cozida	Alface, tomate e vinagrete	Alface, tomate e milho	Alface, tomate e mix de folhas	Alface, tomate e rabanete fatiado
Prato Principal	Polpetone à parmegiana (muçarela + molho de tomate caseiro)	Feijoada (pernil em cubos, linguiça calabresa e bacon)	Lagarto ao molho madeira	Picadinho de frango	Iscas de tilápia ao forno
Opção	Ovo cozido	Picadinho de carne	Filé de frango grelhado	Ovo frito	Ovo mexido
Guarnição	Batata frita	Farofinha colorida e couve refogada	Macarrão integral ao molho branco	Creme de milho	Berinjela grelhada
Prato Base	Arroz branco, arroz integral, feijão e lentilha	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão
Fruta	Maçã	Manga	Banana	Creme de abacate	Uva
Suco	Manga	Uva	Limonada	Morango	Acerola



# Cardápio - Infantil 3, 4, 5 e 1º ano

## Almoço - Integral / USchool Plus

### Mês Maio - 2026



ALMOÇO	Segunda-Feira 25/05	Terça-Feira 26/05	Quarta-Feira 27/05	Quinta-Feira 28/05	Sexta-Feira 29/05
Saladas	Alface, tomate e cenoura cozida	Alface, tomate e beterraba cozida	Alface, tomate e abóbora cozida	Alface, tomate e rúcula com cebola roxa	Alface, tomate e ervilha
Prato Principal	Torta Madalena (purê de batatas e carne moída)	Filé de tilápia grelhado	Lasanha à bolonhesa	Carne de panela com mandioca	Filé de frango empanado
Opção	Lombo suíno assado	Omelete	Isclas de frango grelhadas	Ovo frito	Ovos mexidos
Guarnição	Brócolis refogado	Cenoura na manteiga	Mix de legumes assados	Farofa colorida	Macarrão integral à marguerita (tomate, queijo e manjericão)
Prato Base	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral, feijão e grão de bico	Arroz branco, arroz integral e feijão
Fruta	Melão	Mix de frutas	Melancia	Mamão	Curau de milho verde
Suco	Goiaba	Frutas amarelas	Maracujá	Caju	Laranja