Cardápio - Infantil 3, 4, 5 e 1º ano
Almoço - Integral / USchool Plus
Mês Outubro - 2026

ALMOÇO	Segunda-feira 28/09	Terça-feira 29/09	Quarta-feira 30/09	Quinta-feira 01/10	Sexta-feira 02/10
Saladas	Alface, tomate e chuchu com ovos	Alface, tomate e beterraba cozida	Alface, tomate e rúcula com cebola	Alface, tomate e vagem cozida	Alface, tomate e ervilha
Prato Principal	Torta Madalena (purê com carne moída)	Carne de panela	Lasanha à bolonhesa	Filé de tilápia grelhado com aveia	Filé de frango com queijo e tomate
Opção	Lombo suíno assado	Ovo frito	Iscas de frango grelhadas	Omelete	Carne moída com abóbora
Guarnição	Palitinhos de cenoura cozida	Mandioca cozida	Mix de legumes assados	Macarrão integral ao sugo	Cuscuz de legumes
Prato Base	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco, feijão e lentilha	Arroz integral, arroz branco e feijão
Fruta	Docinho de banana (banana, cacau e leite em pó)	Mix de frutas	Melancia	Mamão	Pera
Suco	Goiaba	Frutas amarelas	Morango	Caju	Maracujá

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

Cardápio - Infantil 3, 4, 5 e 1º ano
Almoço - Integral / USchool Plus
Mês Outubro - 2026

ALMOÇO	Segunda-feira 05/10	Terça-feira 06/10	Quarta-feira 07/10	Quinta-feira 08/10	Sexta-feira 09/10
Saladas	Alface, tomate, agrião com espinafre	Alface, tomate cereja e vinagrete	Alface, tomate, pepino fatiado e beterraba cozida	Alface, tomate, e chuchu cozido	Alface, tomate, rúcula e milho
Prato Principal	Frango refogado com legumes	Feijoadinha (pernil em cubos, calabresa e bacon)	Frango à pizzaiolo	Parmegiana de carne	Tilápia grelhada
Opção	Carne de panela	Filé de frango grelhado	Ovo frito	Ovo mexido	Omelete
Guarnição	Batata doce assada	Farofinha colorida e couve refogada	Batata frita	Mix de legumes refogados	Macarrão integral com brócolis
Prato Base	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco, feijão e grão de bico	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão
Fruta	Manga	Abacaxi grelhado	Melão / gelatina	Melancia / gelatina	Maçã
Suco	Melancia	Limonada	Uva	Laranja	Caju

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

Cardápio - Infantil 3, 4, 5 e 1º ano
Almoço - Integral / USchool Plus
Mês Outubro - 2026

ALMOÇO	Segunda-feira 12/10	Terça-feira 13/10	Quarta-feira 14/10	Quinta-feira 15/10	Sexta-feira 16/10
Saladas	FERIADO	Alface, tomate, alface roxa com escarola	Alface, tomate, rúcula e quiabo	Alface, tomate e cenoura cozida	Alface, tomate e mix de grãos
Prato Principal		Escondidinho de pernil desfiado	Filé de tilápia grelhada	Carne assada ao molho madeira	Almôndegas de frango
Opção		Frango em cubos	Ovo frito	Ovo cozido	Carne moída refogada
Guarnição		Vegetais no vapor	Yakissoba de legumes	Mandioca cozida	Couve-flor e vagem refogados
Prato Base		Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco, feijão e feijão branco	Arroz integral, arroz branco e feijão
Fruta		Pera	Mousse de maracujá	Abacate	Laranja
Suco		Frutas vermelhas	Manga	Frutas amarelas	Frutas tropicais

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

Cardápio - Infantil 3, 4, 5 e 1º ano
Almoço - Integral / USchool Plus
Mês Outubro - 2026

ALMOÇO	Segunda-feira 19/10	Terça-feira 20/10	Quarta-feira 21/10	Quinta-feira 22/10	Sexta-feira 23/10
Saladas	Alface, tomate, alho poró e couve	Alface, tomate, almeirão e rabanete	Alface, tomate cereja e vinagrete	Alface, tomate, vagem e tabule	Alface, tomate, mix de folhas e cenoura ralada
Prato Principal	Sobrecoxa de frango assada	Carne de panela com mandioca	Feijoadinha (pernil em cubos, calabresa e bacon)	Strogonoff de carne	Filé de frango empanado
Opção	Ovo frito	Frango desfiado ao molho	Filé de tilápia ao forno	Omelete	Ovo cozido
Guarnição	Macarrão integral à bolonhesa	Croquete de legumes	Farofinha colorida e couve refogada	Batata palha	Creme de milho
Prato Base	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco, feijão e grão de bico
Fruta	Salada de frutas	Mamão	Sagu com suco de uva integral	Maçã	Goiaba
Suco	Melancia	Maracujá	Goiaba	Laranja	Limonada

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

Cardápio - Infantil 3, 4, 5 e 1º ano
Almoço - Integral / USchool Plus
Mês Outubro - 2026

ALMOÇO	Segunda-feira 26/10	Terça-feira 27/10	Quarta-feira 28/10	Quinta-feira 29/10	Sexta-feira 30/10
Saladas	Alface, tomate, agrião com escarola	Alface, tomate e milho	Alface, tomate, espinafre com repolho	Alface, tomate e beterraba cozida	Alface, tomate e brócolis cozido
Prato Principal	Bife de panela	Nuggets caseiro de peixe (assado)	Panqueca de carne	Filé de frango empanado	Iscas de carne coloridas com legumes
Opção	Ovo frito	Filé de frango grelhado	Ovo cozido	Iscas de carne	Omelete
Guarnição	Purê de batatas	Macarrão integral ao sugo	Legumes refogados	Creme de milho	Batata rústica assada
Prato Base	Arroz integral, arroz branco, feijão e lentilha	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão
Fruta	Laranja	Mousse de maracujá	Pera	Sagu com suco de uva integral	Salada de frutas
Suco	Uva	Caju	Frutas tropicais	Morango	Abacaxi

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469