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

ALMOÇO	Segunda-feira 02/11	Terça-feira 03/11	Quarta-feira 04/11	Quinta-feira 05/11	Sexta-feira 06/11
Saladas	FERIADO	Alface, tomate, almeirão com milho	Alface, tomate, rúcula com ovo cozido	Alface, tomate e beterraba cozida	Alface, tomate, abobrinha ao vinagrete
Prato Principal		Panqueca de carne com massa de beterraba	Sobrecoxa de frango assada com alecrim	Carne assada ao molho madeira	Filé de tilápia ao forno com batatas
Opção		Ovo cozido	Carne moída refogada	Ovo frito	Iscas de frango grelhadas
Guarnição		Chuchu refogado	Mandioca cozida	Viradinho de escarola	Purê de mandioquinha
Prato Base		Arroz integral, arroz branco, feijão e feijão branco	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão
Fruta		Abacaxi	Inhaminho de mirtilo com banana	Manga	Melancia
Suco		Uva	Maracujá	Caju	Laranja

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

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

ALMOÇO	Segunda-feira 09/11	Terça-feira 10/11	Quarta-feira 11/11	Quinta-feira 12/11	Sexta-feira 13/11
Saladas	Alface, tomate e rúcula com manga	Alface, tomate e brócolis cozido	Alface, tomate e jardineira de legumes	Alface, tomate e cenoura cozida	Alface, tomate e mix de folhas
Prato Principal	Picadinho de frango com tomate	Bife recheado com mix de legumes	Almôndegas de frango com aveia e molho ao sugo	Nuggets caseiro de peixe (assado)	Carne de panela com batatas
Opção	Omelete	Ovo frito	Carne bovina desfiada	Frango em cubos	Ovo cozido
Guarnição	Purê de batata	Espinafre à marguerita (tomate, azeite, queijo branco e manjericão)	Macarrão integral na manteiga	Mix de legumes refogados	Repolho refogadinho
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	Creminho de maracujá	Banana	Sorvete caseiro de cacau	Kiwi e manga	Abacaxi
Suco	Morango	Limonada	Tropical	Melancia	Frutas vermelhas

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

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

ALMOÇO	Segunda-feira 16/11	Terça-feira 17/11	Quarta-feira 18/11	Quinta-feira 19/11	Sexta-feira 20/11
Saladas	Alface, tomate e cenoura com vagem	Alface crespa e roxa, tomate e beterraba cozida	Alface, tomate e vinagrete	Alface, tomate, escarola e batata doce	FERIADO
Prato Principal	Tilápia assada	Strogonoff de frango	Feijoadinha (pernil em cubos, calabresa e bacon)	Carne desfiada ao molho	
Opção	Ovo frito	Lombo suíno assado	Iscas de frango	Ovo cozido	
Guarnição	Macarrão integral ao sugo	Batata palha	Farofa colorida e couve refogada	Purê de cenoura	
Prato Base	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco, feijão e lentilha	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão	
Fruta	Melão	Inhaminho de mirtilo com banana	Abacaxi	Laranja	
Suco	Acerola com cenoura	Goiaba	Uva	Maracujá	

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

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

ALMOÇO	Segunda-feira 23/11	Terça-feira 24/11	Quarta-feira 25/11	Quinta-feira 26/11	Sexta-feira 27/11
Saladas	Alface, tomate, jardineira de legumes	Alface, tomate e milho	Alface, tomate, beterraba e batata com chuchu	Alface, tomate cereja e rúcula com escarola	Alface, tomate, agrião e mix de folhas
Prato Principal	Carne moída com legumes em cubinhos	Escondidinho de frango	Filé de tilápia assada com legumes coloridos	Lasanha de espinafre à bolonhesa	Filé de frango empanado
Opção	Ovo cozido	Tiras de carne grelhadas	Ovo frito	Filé de frango grelhado	Ovos mexidos
Guarnição	Macarrão alho e óleo	Farofa colorida	Couve-flor gratinada	Legumes assados	Creme de milho
Prato Base	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	Arroz integral, arroz branco e feijão
Fruta	Uva	Mamão	Laranja	Pera	Mix de frutas
Suco	Acerola	Abacaxi	Tropical	Frutas amarelas	Manga

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

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

ALMOÇO	Segunda-feira 30/11	Terça-feira 01/12	Quarta-feira 02/12	Quinta-feira 03/12	Sexta-feira 04/12
Saladas	Alface, tomate, escarola e cenoura ralada	Alface, tomate, mix de grãos e pepino	Alface, tomate com laranjas em rodelas, couve e almeirão	Alface, tomate, beterraba ralada e brócolis	Alface, tomate, almeirão e rúcula
Prato Principal	Strogonoff de carne	Frango em tirinhas com açafrão	Fricassê de frango com milho	Feijoadinha (pernil em cubos, calabresa e bacon)	Carne colorida (tomate, cebolinha e pimentões)
Opção	Ovo frito	Bifinho acebolado	Iscas de tilápia crocantes	Iscas de frango	Omelete
Guarnição	Batata palha	Abobrinha refogada	Macarrão integral ao sugo	Farofa colorida e couve refogada	Batata rústica
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 feijão branco
Fruta	Melancia	Sorvete caseiro de cacau	Goiaba	Melão	Uva
Suco	Uva	Caju	Limonada	Manga	Morango com beterraba

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469