Cardápio - Infantil 1

Mês Novembro - 2026

Período - Manhã

	Segunda-feira 02/11	Terça-feira 03/11	Quarta-feira 04/11	Quinta-feira 05/11	Sexta-feira 06/11
LANCHE	FERIADO	Ovos mexidos cremosos	Bisnaguinha com geleia caseira de frutas vermelhas	Crepioca com queijo branco	Bolo mesclado (cacau e banana)
		Manga	Mix de frutas	Melão	Laranja
ALMOÇO					
Salada	FERIADO	Alface com tomate	Rúcula com ovo cozido	Tabule	Abobrinha ao vinagrete
Prato Principal		Panqueca de carne com massa de beterraba	Sobrecoxa de frango assada com alecrim	Carne assada ao molho madeira	Escondidinho do mar (peixe)
Guarnição		Chuchu refogado	Mandioca cozida	Vagem grelhadinha	Beterraba salteada
Prato Base		Arroz integral e feijão branco	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão
Sobremesa		Abacaxi grelhado	Inhaminho de mirtilo com banana	Manga	Melancia

Preparações sem adição de açúcar. | Pastas e patês produzidos com ricota.

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

Cardápio - Infantil 1

Período - Tarde

	Segunda-feira 02/11	Terça-feira 03/11	Quarta-feira 04/11	Quinta-feira 05/11	Sexta-feira 06/11
LANCHE	FERIADO	Mini francês integral com creme de ricota	Muffin de banana com aveia e canela	Milho cozido	Cookie integral de maçã
		Mamão	Melancia	Banana	Pera
JANTAR					
Salada	FERIADO	Almeirão e cenoura ralada	Couve flor cozidinha	Alface crespa com alface americana	Repolho bicolor
Prato Principal		Frango em cubos acebolado	Peixe à portuguesa	Omelete com alho poró e ricota	Carne moída à primavera
Guarnição		Batata doce assada	Abóbora no vapor	Viradinho de escarola	Macarrão alho e óleo com brócolis
Prato Base		Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão	Arroz integral e grão de bico	Arroz integral e feijão
Sobremesa		Laranja	Manga	Sorvetinho caseiro de frutas vermelhas	Banana

Preparações sem adição de açúcar. | Pastas e patês produzidos com ricota.

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

Cardápio - Infantil 1

Mês Novembro - 2026

Período - Manhã

	Segunda-feira 09/11	Terça-feira 10/11	Quarta-feira 11/11	Quinta-feira 12/11	Sexta-feira 13/11
LANCHE	Pão de forma integral com pasta de brócolis	Pão caseirinho com queijo branco	Chá de camomila e panqueca de banana	Iogurte natural integral com aveia em flocos finos e mamão	Crepioca de queijo
	Melancia	Salada de frutas	Maçã		Banana
ALMOÇO					
Salada	Alface crespa	Repolho bicolor	Vinagrete	Tomate com milho	Rúcula com cheiro verde
Prato Principal	Rocambole de frango com tomate, chia e aveia	Bife recheado com mix de legumes	Almôndegas de frango com aveia e molho ao sugo	Nuggets caseiro de peixe (assado)	Proteína de soja com batatas
Guarnição	Souflê de ricota com chuchu	Espinafre à marguerita (tomate, azeite, queijo e manjericão)	Mix de legumes refogados	Macarrão integral colorido com legumes	Repolho refogadinho
Prato Base	Arroz integral e feijão	Arroz integral e grão de bico	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão
Sobremesa	Creminho de maracujá	Banana grelhada	Sorvetinho caseiro de cacau	Kiwi e manga	Abacaxi

Preparações sem adição de açúcar. | Pastas e patês produzidos com ricota.

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

Cardápio - Infantil 1

Período - Tarde

	Segunda-feira 09/11	Terça-feira 10/11	Quarta-feira 11/11	Quinta-feira 12/11	Sexta-feira 13/11
LANCHE	Tapioca com muçarela	Chá de erva doce e omelete na forminha	Pão de cenoura com creme de ricota	Pão de mandioquinha com muçarela	Waffle caseiro de banana
	Abacaxi	Pera	Manga	Morango e melão	Laranja
JANTAR					
Salada	Escarola e cenoura ralada	Berinjela com tomate	Alface com tomate cereja picadinho	Espinafre com agrião	Mix de folhas
Prato Principal	Bife de panela ao molho de tomates	Filé de tilápia grelhada	Cubos de carne com cebola dourada	Omelete de couve-flor e queijo branco	Tirinhas de frango grelhadas
Guarnição	Couve refogada com cebola roxa	Gratinado de alho poró	Abobrinha à napolitana	Palitos de cenoura assados	Purê de batatas
Prato Base	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão branco	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão
Sobremesa	Abacate	Manga	Mamão	Maçã	Creminho de beterraba

Preparações sem adição de açúcar. | Pastas e patês produzidos com ricota.

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

Cardápio - Infantil 1

Mês Novembro - 2026

Período - Manhã

	Segunda-feira 16/11	Terça-feira 17/11	Quarta-feira 18/11	Quinta-feira 19/11	Sexta-feira 20/11
LANCHE	Água de coco e pão de queijo	Pão batata com creme de ricota	Mini francês com carne moída ao molho	Ovos mexidos cremosos	FERIADO
	Manga	Abacaxi	Melão	Maçã	
ALMOÇO					
Salada	Couve com tomate	Alface americana com alface roxa	Repolho ao vinagrete	Escarola com cenoura ralada	FERIADO
Prato Principal	Mini feijoadinha (Feijão preto e pernil em cubos)	Risoto de frango com ervilha e leite de coco	Tilápia assada com batata doce	Carne enrolada com cenoura e tomate	
Guarnição	Farofinha de aveia	Espinafre com tomate	Berinjela à pizzaiola (queijo e tomate)	Jardineira de legumes	
Prato Base	Arroz integral com cenoura ralada	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão	
Sobremesa	Melão	Inhaminho de frutas vermelhas	Abacaxi	Laranja	

Preparações sem adição de açúcar. | Pastas e patês produzidos com ricota.

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

Cardápio - Infantil 1

Período - Tarde

	Segunda-feira 16/11	Terça-feira 17/11	Quarta-feira 18/11	Quinta-feira 19/11	Sexta-feira 20/11
LANCHE	Iogurte natural com aveia em flocos finos e mamão	Crepioca de espinafre	Água de coco e bolo integral de cenoura com uva passa	Pão de leite com frango desfiado cremoso	FERIADO
		Laranja	Banana	Mix de frutas	
JANTAR					
Salada	Acelga com beterraba	Pepino com tomate	Couve-flor cozida	Salada de almeirão com tomate meia lua	FERIADO
Prato Principal	Filé de frango grelhado	Carne moída com batatas	Bifinho ao vinagrete	Omelete de couve	
Guarnição	Bolinho de brócolis assado	Escarola refogada	Souflê de cenoura	Purê de mandioquinha	
Prato Base	Arroz integral e feijão	Arroz integral e lentilha	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão	
Sobremesa	Melancia	Maçã	Goiaba	Morango	

Preparações sem adição de açúcar. | Pastas e patês produzidos com ricota.

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

Cardápio - Infantil 1

Mês Novembro - 2026

Período - Manhã

	Segunda-feira 23/11	Terça-feira 24/11	Quarta-feira 25/11	Quinta-feira 26/11	Sexta-feira 27/11
LANCHE	Bisnaguinha integral com queijo branco	Chá de erva doce e tapioca de queijo	Palito de queijo com tomate cereja picadinho	Brownie de cacau com batata doce	Pão de beterraba com pasta de cenoura
	Maçã	Melão	Melancia	Laranja	Mamão
ALMOÇO					
Salada	Mix de grãos	Alface mista	Beterraba cozida	Rúcula com tomate cereja	Agrião com tomate
Prato Principal	Carne moída com alho poró	Macarrão ao molho nutritivo com frango em cubinhos e cenoura	Omelete na chapa com tomate e salsa	Filé de tilápia assada com legumes coloridos	Frango em cubinhos refogado
Guarnição	Souflê de Legumes		Batata doce assada	Couve-flor gratinada	Purê de cenoura
Prato Base	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão	Arroz integral e lentilha	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão
Sobremesa	Goiaba	Mamão	Laranja	Pera	Mix de frutas

Preparações sem adição de açúcar. | Pastas e patês produzidos com ricota.

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

Cardápio - Infantil 1

Período - Tarde

	Segunda-feira 23/11	Terça-feira 24/11	Quarta-feira 25/11	Quinta-feira 26/11	Sexta-feira 27/11
LANCHE	Bolo de laranja com tâmaras	Pão de queijo	Pão de batata com pasta de beterraba	Chá gelado e ovos mexidos cremosos	Milho cozido
	Manga	Salada de frutas	Abacaxi	Banana	Melão
JANTAR					
Salada	Alface com tomate	Acelga com alface roxa	Batata com chuchu	Escarola com tomate	Mix de folhas
Prato Principal	Tiras de frango com cebola dourada	Carne de panela com ervilhas	Frango em cubinhos	Quibe de forno	Filé de tilápia empanado com aveia ao forno
Guarnição	Abobrinha à pizzaiolo (tomate e queijo)	Creme de espinafre	Farofa de cenoura com aveia	Repolho roxo refogado	Berinjela assada com tomates
Prato Base	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão preto	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão
Sobremesa	Mix de frutas	Banana	Maçã	Sorvetinho caseiro de morango	Abacaxi

Preparações sem adição de açúcar. | Pastas e patês produzidos com ricota.

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

Cardápio - Infantil 1

Mês Novembro - 2026

Período - Manhã

	Segunda-feira 30/11	Terça-feira 01/12	Quarta-feira 02/12	Quinta-feira 03/12	Sexta-feira 04/12
LANCHE	Chá gelado e pão de queijo	Pão de batata com creme de ricota	Broa de fubá e tâmara	Crepioca de queijo	Iogurte natural integral com aveia em flocos finos e mamão
	Manga	Mix de frutas	Pera	Banana	
ALMOÇO					
Salada	Escarola com cenoura ralada	Mix de folhas	Couve com tomate	Vinagrete	Almeirão com tomate cereja
Prato Principal	Filé de peixe assado ao molho de laranja	Strogonoff de carne	Macarrão ao molho vermelho turbinado com frango em cubinhos	Lasanha de espinafre à bolonhesa	Omelete na chapa
Guarnição	Purê de abóbora	Batata assada		Abobrinha refogado	Couve crocante
Prato Base	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão branco
Sobremesa	Melancia	Sorvetinho caseiro de morango	Goiaba	Melão	Maçã

Preparações sem adição de açúcar. | Pastas e patês produzidos com ricota.

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469

Cardápio - Infantil 1

Período - Tarde

	Segunda-feira 30/11	Terça-feira 01/12	Quarta-feira 02/12	Quinta-feira 03/12	Sexta-feira 04/12
LANCHE	Muffin de frango com milho	Chá gelado e pão tostado com ovos mexidos	Pão caseirinho com queijo branco	Cupcake de beterraba com cenoura	Panqueca de banana
	Maçã	Melancia	Melão	Goiaba	Abacaxi
JANTAR					
Salada	Agrião com tomate cereja	Alface e couve	Almeirão com cenoura ralada	Beterraba cozida	Rúcula com ovo cozido
Prato Principal	Filé de frango com aveia	Peixe à portuguesa (tomate, ovo cozido e cebola)	Almôndegas de carne ao sugo	Frango com açafrão	Carne colorida (tomate, cebolinha e pimentões)
Guarnição	Creme de milho	Berinjela refogadinha	Abóbora na manteiga	Refogado de repolho com ervilhas frescas	Purê misto (batata + cenoura)
Prato Base	Arroz integral e grão de bico	Arroz integral com abobrinha ralada e Feijão	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão	Arroz integral e feijão
Sobremesa	Inhaminho de goiaba	Laranja	Mamão	Pera	Manga

Preparações sem adição de açúcar. | Pastas e patês produzidos com ricota.

Cardápio elaborado por: Grazielly Lopes de Rezende CRN3: 29469