



**COLÉGIO
CARROSSEL**

**CARDÁPIO INFANTIL 1, 2, 3
DE 01 A 03 DE ABRIL DE 2026**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche da Manhã	Lanche da Manhã	Lanche da Manhã	Lanche da Manhã	Lanche da Manhã
		Sanduche natural de frango	Crepioça com queijo muçarela	Bisnaguinhas com manteiga
		Pão caseiro com doce de banana s/açúcar	Banana assada com canela	Ovos mexidos
		Leite/Suco de polpa s/açúcar	Leite/Suco de polpa	Leite com cacau/ Leite puro
		Frutas	Frutas	Frutas
Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço
		Peito de frango ao molho	Lasanha de carne	Bisteca acebolada
		Batata assada ou purê		Ovos mexidos
		Alface	Alface	Tomate cereja
		Abóbora	Cenoura c/brócolis	Alface
		Fruta	Fruta	Fruta
Lanche da Tarde	Lanche da Tarde	Lanche da Tarde	Lanche da Tarde	Lanche da Tarde
		Bolo sem açúcar	Pizza de muçarela	Bolo de cacau (com banana) s/ açúcar
		Rosquinha de polvilho	Mini bisnagas com manteiga ou doce de banana s/açúcar	Opção: bisnagas com requeijão
		Vitamina de Morango c/ banana/ Suco de polpa	Leite/ Suco de polpa	Leite/Suco de Polpa
		Frutas	Fruta	Fruta
Lanche 16h	Lanche 16h	Lanche 16h	Lanche 16h	Lanche 16h
		Bisnaguimha com frango desfiado ao molho	Arroz/feijão	Arroz/feijão
				Ovos mexidos
		Suco natural de laranja	Suco integral sem açúcar, de uva	Suco de polpa

Lilian Regina Arsand

Lilian Regina Arsand
Nutricionista
CRN 0235



SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche da Manhã	Lanche da Manhã	Lanche da manhã	Lanche da manhã	Lanche da manhã
Pão de queijo	Mini bisnagas com manteiga	Bolo sem açúcar	Pizza de frango	Bolo de banana com cacau e aveia sem açúcar
Vitamina de banana	Ovos mexidos	Sanduíche natural de frango ou pão com manteiga	Segunda opção: pão com manteiga	Mini bisnagas com requeijão
Chá de hortelã ou suco de polpa	Leite morno/Suco polpa	Leite morno /suco de polpa	Leite morno/Suco de polpa	Leite morno/suco de polpa
Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço
Isclas de bife ao molho ferrugem	Peito de frango ao molho	Peixe empanado	Carne de panela	Sobrecoxa assada
Macarrão gravatinha ao alho e óleo	Purê de batatas	Sopa de tilápia	Polenta cremosa	Farofa
Tomate cereja cortado em metades	Rúcula c/alface	Alface	Alface	Alface
Pepino palito	Tomate	Tomate	Beterraba cozida	Cenoura cozida palito
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Suco de polpa	Suco de polpa	Suco de polpa	Suco de polpa	Suco de Polpa
Lanche da Tarde	Lanche da Tarde	Lanche da Tarde	Lanche da Tarde	Lanche da tarde
Mini bisnagas com carne moída	Muffins de banana	Pastelão de carne	Mini bisnaga com manteiga e queijo	Mini bisnagas com ovos mexidos
Banana assada	Salada de frutas	Pão integral com doce de leite caseiro	Vitamina de Abacate ou morango com banana	----
Suco de polpa	Leite morno / Suco de polpa	Leite morno/ suco de polpa	-----	Leite com cacau/suco de polpa
Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Lanche 16 horas	Lanche 16 horas	lanche 16 horas	Lanche 16 horas	Lanche 16 horas
Arroz/Feijão	Arroz e feijão/	Arroz/feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão/ovos cozidos
Suco de polpa	Suco de polpa	Suco de polpa	Suco de polpa	Suco de polpa

SEGUNDA				
Lanche da Manhã				
Crepioca com banana sem açúcar	Mini bisnagas com Manteiga	Mini bisnagas com patê de frango	Mini bisnagas com carne moída refogada	Muffins de banana
Mini bisnagas com manteiga	Rosquinha de polvilho	Banana assada	Bolo sem açúcar	Pão de aipim com requeijão
Leite morno/ Suco de polpa	Suco de polpa	Leite morno / Suco de polpa	Suco de polpa	Leite /suco de polpa
Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Almoço				
Carne moída ao molho	Peixe empanado	Bisteca suína (ou bife de lombo suíno)	Peito de frango ao molho	Feijoada sem embutidos
Macarrão	Purê de batatas/ molho vermelho	Ovos mexidos	Couve flor na manteiga	Farofa com banana
Tomate	Alface	Alface	Alface	alface
Abobrinha cozida	Tomate	Beterraba cozida	Cenoura palito cozida	Tomate
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Laranja
Suco de polpa	Suco de polpa	Suco de polpa	Suco de polpa	Suco de polpa
Lanche da Tarde				
Pão de queijo (opção bisnagas p/quem não come pão de queijo)	Queijo quente	Bolo sem açúcar	Pizza à bolonhesa	Bolo de cacau com banana sem açúcar
Banana assada	Salada de frutas	Mini bisnagas com manteiga	Banana madura amassada com leite e aveia flocos finos (enfeitar c/ banana em rodela)	Pão de aipim com manteiga
Leite / Suco de polpa	Leite morno/ Suco de polpa	Leite/suco de polpa	Leite/suco de polpa	Leite/Suco de polpa
Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Lanche 16 horas				
Arroz/feijão	Arroz/ feijão	Arroz/Feijão	Arroz/feijão	Arroz/ feijão
	ovo cozido	Tomate cereja	alface	Fruta
Suco de polpa	Suco integral de uva	Suco natural de polpa	Suco de polpa	Suco de polpa





SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche da Manhã	Lanche da Manhã	Lanche da Manhã	Lanche da Manhã	Lanche da Manhã
Pão de queijo	Queijo quente	Bolo de cenoura sem açúcar	Pizza muçarela	Bolo de cacau com banana sem açúcar
Vitamina de banana sem açúcar	Salada de frutas	Mini bisnagas com ovos mexidos	Pão caseiro com geléia sem açúcar	Pão caseiro com manteiga
Leite/ Suco de polpa	Leite/Suco de polpa	Leite/Suco de polpa	Leite/Suco de polpa	Leite/Suco de polpa
Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço
Isclas de bife	Peito de frango	Carne moída ao molho	Peixe grelhado	Coxinha da asa assada ou sobrecoxa
Polenta cremosa/molho	Sopa de legumes c/miúdos	Macarrão	Pirão de peixe	Farofa
Tomate	Alface	Aface	Alface	Tomate c/ rúcula
Repolho refogado	Tomate	Tomate cereja	Cenoura cozida palito	Beterraba cozida
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Suco de polpa	Suco de polpa	Suco de polpa	Suco de uva	Suco de polpa
Lanche da tarde	Lanche da Tarde	Lanche da Tarde	Lanche da Tarde	Lanche da Tarde
Bisnagas com doce de leite sem açúcar	Bolo de banana sem açúcar	Pastelão	Pão integral com manteiga	Vitamina de banana
Opção: bisnagas com manteiga	Sanduche natural de frango	Segunda opção: bisnagas com manteiga	Muffins de banana sem açúcar	Mini bisnagas com ovos mexidos
Leite/Suco de polpa	Leite/Suco de polpa	Vitamina de morango/Suco de polpa/Leite	Leite/Suco de polpa	Leite morno/Suco de polpa
Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Lanche 16 horas	lanche 16 horas	Lanche 16 horas	Lanche 16 horas	Lanche 16 horas
Arroz/feijão	Arroz/feijão	Arroz/feijão	Arroz/feijão	Arroz/ feijão
Ovo cozido	Tomate		tomate	Ovos mexidos
Suco de laranja bahia	Suco integral de Uva	Chá de abacaxi	Suco de polpa	Suco de polpa



SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Lanche da Manhã	Lanche da Manhã	Lanche da Manhã	Lanche da Manhã	Lanche da Manhã
Mini bisnagas com manteiga/ Ovos mexidos	Muffins de banana sem açúcar Mini bisnagas com manteiga	Pastelão Bolo sem açúcar	Mini bisnagas com manteiga e Banana assada com canela	Rosquinhas de polvilho Pão de aipim com geléia sem açúcar
Leite / suco polpa	Leite/ suco de polpa	Leite/Suco de polpa s/açúcar	Leite/Suco de polpa	Leite morno/suco de polpa
Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço
Isclas de bife	Peixe empanado (tilápia)	Carne moída ao molho	Peito de frango	Feijoadá
Macarrão/ molho Tomate	Pirão de peixe Alface	Ovos mexidos Alface	Sopa de legumes Alface	Farofa com banana Alface
Repolho refogado Fruta	Tomate c/pepino Fruta	Abóbora Fruta	Cenoura c/brócolis Fruta	Tomate Laranja
Lanche da Tarde	Lanche da Tarde	Lanche da Tarde	Lanche da Tarde	Lanche da Tarde
Pão de queijo	Salada de frutas	Bolo sem açúcar	Pizza de muçarela	Bolo de banana com cacau
Mini bisnaguinhas com geléia sem açúcar	Queijo quente	Sanduíche natural de frango	Mini bisnagas com geléia sem açúcar	Pão caseiro com manteiga
Leite/Suco de polpa	Leite/Suco de polpa	Leite morno/ Suco de polpa	Leite/ Suco de polpa	Leite morno/ suco
Frutas	Frutas	Frutas	Fruta	Frutas
Lanche 16h	Lanche 16h	Lanche 16h	Lanche 16h	Lanche 16h
Arroz/ feijão	Arroz/feijão Tomate cereja	Arroz/feijão Ovo cozido	Arroz/feijão	Arroz/feijão
Suco integral de uva sem açúcar	Suco de polpa	Suco de polpa	Suco de polpa	

Lilian R. Arsand