

## Cardápio de 01 e 02 de outubro de 2026

| SEGUNDA         | TERÇA           | QUARTA          | QUINTA                            | SEXTA                                        |
|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------------------------|----------------------------------------------|
| Lanche da Manhã | Lanche da Manhã | Lanche da manhã | Lanche da manhã                   | Lanche da manhã                              |
|                 |                 |                 | Pizza de frango                   | Bolo de chocolate com cobertura c/leite coco |
|                 |                 |                 | Bolacha doce                      | Pipoca salgada                               |
|                 |                 |                 | Café com leite/suco de polpa      | Café com leite/suco de polpa                 |
|                 |                 |                 | Frutas                            | Frutas                                       |
| Almoço          | Almoço          | Almoço          | Almoço                            | Almoço                                       |
|                 |                 |                 | Carne de panela ao molho          | Sobrecoxa ao Molho                           |
|                 |                 |                 | Polenta                           | Farofa                                       |
|                 |                 |                 | Fruta/Alface/Beterraba cozida     | Fruta/Alface/Cenoura cozida palito           |
|                 |                 |                 | Suco de polpa                     | Suco de polpa                                |
| Lanche da Tarde | Lanche da Tarde | Lanche da Tarde | Lanche da Tarde                   | Lanche da Tarde                              |
|                 |                 |                 | Pão caseiro com manteiga e queijo | Mini bisnaga com ovos mexidos                |
|                 |                 |                 | Cuca de banana                    | Pudim de baunilha                            |
|                 |                 |                 | Café c/leite/Suco de polpa        | Café c/leite/Suco de polpa                   |
|                 |                 |                 | Frutas                            | Frutas                                       |

Obs.: devido a sazonalidade dos hortifrutigranjeiros, poderá haver substituições.



**Lilian Regina Arsand**  
Nutricionista

## Cardápio de 05 a 09 de outubro de 2026

| SEGUNDA                             | TERÇA                          | QUARTA                                 | QUINTA                                 | SEXTA                                              |
|-------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------|
| Lanche da Manhã                     |                                |                                        |                                        |                                                    |
| Mini francês com manteiga e queijo  | Massinha doce                  | Mini francês c/manteiga e queijo       | Mini bisnagas com carne moída refogada | Cardápio especial em comemoração ao Dia da Criança |
| Iogurte/ Sucrilhos                  | Pão caseiro com manteiga       | Bolacha doce                           | Cuca de Banana                         |                                                    |
| Café com leite / Suco de polpa      | Café com leite / Suco de polpa | Café com leite / Suco de polpa         | Café c/leite/Suco de polpa             |                                                    |
| Frutas                              | Frutas                         | Frutas                                 | Frutas                                 |                                                    |
| Almoço                              | Almoço                         | Almoço                                 | Almoço                                 | Almoço                                             |
| Carne moída ao molho                | Bisteca suína acebolada        | Carne de panela ao molho               | Peixe empanado                         | Cardápio especial                                  |
| Polenta cremosa                     | Omelete                        | Macarrão gravatinha                    | Pirão de peixe                         |                                                    |
| Fruta/Cenoura ralada/pepino japonês | Fruta/Alface/beterraba cozida  | Fruta/tomate/Brócolis ou repolho       | Fruta/Alface/tomate                    |                                                    |
| Suco de uva                         | Suco de polpa                  | Suco de polpa                          | Suco de uva                            |                                                    |
| Lanche da tarde                     | Lanche da tarde                | Lanche da tarde                        | Lanche da tarde                        | Lanche da tarde                                    |
| Pão de Queijo                       | Queijo quente                  | Bolo de cenoura mesclado com chocolate | Pizza à bolonhesa                      |                                                    |
| Pudim de chocolate                  | Bolacha doce                   | Pão com manteiga e queijo              | Pão com geléia de morango              |                                                    |
| Café com leite / Suco de polpa      | Café com leite/ Suco de polpa  | Café com leite/suco de polpa           | Café com leite/Suco de polpa           |                                                    |
| Frutas                              | Frutas                         | Frutas                                 | Frutas                                 |                                                    |

Obs.: devido a sazonalidade dos hortifrutigranjeiros, poderá haver substituições.

**Lilian Regina Arsand**  
Nutricionista  
CRN 0235

### Cardápio de 12 a 16 de outubro de 2026

| SEGUNDA         | TERÇA           | QUARTA                     | QUINTA                                  | SEXTA                               |
|-----------------|-----------------|----------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------|
| Lanche da Manhã | Lanche da Manhã | Lanche da Manhã            | Lanche da Manhã                         | Lanche da Manhã                     |
| FERIADO         | RECESSO ESCOLAR | Pão de queijo              | Pizza muçarela                          | Bolo com cobertura de leite Ninho   |
|                 |                 | Iogurte/sucrilhos          | Pão caseiro com doce de leite caseiro   | Pipoca salgada                      |
|                 |                 | Café c/leite/Suco de polpa | Café c/leite/Suco de polpa              | Café c/leite/suco de polpa          |
|                 |                 | Frutas                     | Frutas                                  | Frutas                              |
| Almoço          | Almoço          | Almoço                     | Almoço                                  | Almoço                              |
|                 |                 | Iscas de bife aceb.        | Peixe empanado                          | Lasanha de frango                   |
|                 |                 | Creme de milho             | Pirão de peixe                          | -                                   |
|                 |                 | Fruta/tomate com pepino    | Fruta/cenoura cozida/ repolho temperado | Fruta/alface c/rúcula/Chuchu cozido |
|                 |                 | Suco de uva                | Suco de polpa                           | Suco de polpa                       |
| Lanche da Tarde | Lanche da Tarde | Lanche da Tarde            | Lanche da Tarde                         | Lanche da Tarde                     |
|                 |                 | Pastelão de frango         | Rosquinhas de polvilho                  | Bisnaguinhas com ovos mexidos       |
|                 |                 | Sagu de chocolate          | Pão caseiro com Nutella saudável        | Pudim de baunilha                   |
|                 |                 | Café c/leite/Suco de uva   | Café c/leite/suco de uva integral       | Café c/leite/Suco de polpa          |
|                 |                 | Frutas                     | Frutas                                  | Frutas                              |

## Cardápio de 19 a 23 de outubro de 2026

| SEGUNDA                            | TERÇA                               | QUARTA                       | QUINTA                             | SEXTA                              |
|------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| Lanche da Manhã                    | Lanche da Manhã                     | Lanche da Manhã              | Lanche da Manhã                    | Lanche da Manhã                    |
| Pão caseiro ou sovado com manteiga | Bolacha doce                        | Pastelão                     | Mini francês c/manteiga            | Rosquinha de polvilho              |
| Ovos mexidos à parte               | Mini bisnagas com manteiga e queijo | Bolo de Laranja              | Cuca de banana                     | Pão de aipim com geléia de morango |
| Café c/leite/suco de polpa         | Café c/leite/Suco de polpa          | Café c/ leite/suco polpa     | Achocolatado/suco polpa            | Café com leite                     |
| Frutas                             | Frutas                              | Frutas                       | Frutas                             | Frutas                             |
| Almoço                             | Almoço                              | Almoço                       | Almoço                             | Almoço                             |
| Carne moída ao molho               | Frango Xadrez                       | Peixe empanado               | Carne de panela ao molho           | Sobrecoxa assada                   |
| Polenta cremosa                    | Espaguete alho e óleo               | Pirão de peixe               | Purê de batatas                    | Farofa                             |
| Fruta/tomate/pepino japonês        | Fruta/tomate/ alface                | Fruta/alface/ cenoura cozida | Fruta/alface/beterraba cozida      | Fruta/alface/chuchu com cenoura    |
| Suco de polpa                      | Suco de polpa                       | Suco de polpa                | Suco de uva integral               | Suco de polpa                      |
| Lanche da Tarde                    | Lanche da Tarde                     | Lanche da Tarde              | Lanche da Tarde                    | Lanche da Tarde                    |
| Pão de queijo                      | Pão caseiro c/ geléia de morango    | Massinha doce                | Pizza muçarela                     | Bolo de chocolate com cobertura    |
| Iogurte/sucrilhos                  | Queijo quente                       | Sanduíche natural com frango | Mini bisnagas com Nutella saudável | Pipoca salgada                     |
| Café c/leite/Suco de polpa         | Achocolatado/Suco de polpa          | Café com leite/suco polpa    | Café com leite/suco polpa          | Café com leite/suco de polpa       |
| Frutas                             | Frutas                              | Frutas                       | Frutas                             | Frutas                             |

Ob.: devido a sazonalidade dos hortifrutigranjeiros, poderá haver substituições.

*Elizian Regina Arnsand*  
Nutricionista  
CRN 0235

## Cardápio de 26 a 30 de outubro de 2026

| 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 de laranja                        | Pizza de frango                   | Bolo de chocolate com cobertura c/leite coco |
| Iogurte/sucrilhos              | Ovos mexidos               | Sanduíche natural com frango           | Bolacha doce                      | Pipoca salgada                               |
| Café c/leite/ Suco de polpa    | Café c/leite/suco de polpa | Café c/leite/suco de polpa             | Café com leite/suco de polpa      | Café com leite/suco de polpa                 |
| Frutas                         | Frutas                     | Frutas                                 | Frutas                            | Frutas                                       |
| Almoço                         | Almoço                     | Almoço                                 | Almoço                            | Almoço                                       |
| Iscas de bife acebolado        | Peixe empanado             | Escondidinho de frango                 | Bisteca assada                    | Almôndegas assadas/molho vermelho à parte    |
| Macarrão ao molho branco       | Pirão de peixe             | -                                      | Aipim cozido                      | Macarrão                                     |
| Fruta/Tomate/Pepino japonês    | Fruta/Tomate/abobrinha     | Fruta/Tomate/alface                    | Fruta/beterraba cozida/ovo cozido | Fruta/Tomate/alface                          |
| Suco de uva                    | 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 francês com carne moída   | Massinha doce              | Pastelão de carne                      | Pão caseiro com manteiga e queijo | Mini bisnaga com ovos mexidos                |
| Sagu de chocolate              | Pão de Aipim com requeijão | Pão de aipim com doce de leite caseiro | Cuca de maçã ou banana            | Pudim de baunilha                            |
| Café com leite / Suco de polpa | Café com leite/Suco de uva | Achocolatado/suco polpa                | Café c/leite/Suco de polpa        | Café c/leite/Suco de polpa                   |
| Frutas                         | Frutas                     | Frutas                                 | Frutas                            | Frutas                                       |