

CARDÁPIO MARÇO DE 2026

TURNO INTEGRAL

02/03 à 06/03

REFEIÇÃO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
ALMOÇO 11:30 min.	Arroz/Feijão Frango grelhado Brócolis e cenoura refogados Rúcula/Tomate	Arroz/Feijão Almondegas com molho Aipim Cenoura/Repolho branco	Arroz/Lentilha Bifinhos Purê de batatas Alface/Beterraba	Arroz/Feijão Carne de panela Polenta mole Vagem com ovo/Cenoura	Arroz/Feijão Fricassê Couve refogada Tomate/Brotos
FRUTA	Manga	Uva	Banana	Maçã	Melão

09/03 à 13/03

REFEIÇÃO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
ALMOÇO 11:30 min.	Arroz/Feijão Guisado com molho Massa parafuso Mix de verdes/Cenoura cozida	Arroz/Feijão Filé de peixe grelhado Batata à dorê Repolho roxo/tomate	Arroz/Feijão Frango à xadrez Grão de bico/Beterraba cozida	Arroz/Lentilha Estrogonofe Batata Palha Alface/Tomate	Arroz/Feijão Bifinhos de frango Mandioquinha assada Cebola roxa com milho/Tomate cereja
FRUTA	Abacaxi	Laranja	Ameixa	Maçã	Melão Gaúcho

16/03 à 20/03

REFEIÇÃO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
ALMOÇO 11:30 min.	Arroz/Feijão Carreteiro Couve refogada/Ovo Picado Couve flor/Cenoura	Arroz/Lentilha Nuggets assados Seleta de legumes Tomate/Pepino	Arroz/Feijão Bifinhos Quibebe Tabule/Beterraba cozida	Arroz/Feijão Risoto de Frango Abobrinha e Berinjela assadas Brotos/Repolho	Arroz/Feijão Guisadinho com milho Sufilé de espinafre Alface americana/Cenou ra cozida
FRUTA	Uva	Manga	Mamão	Banana	Laranja de Umbigo

23/03 à 27/03

REFEIÇÃO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
ALMOÇO 11:30 min.	Arroz/Feijão Frango ao sugo Espaguete Mix de verdes/Rabanete	Arroz/Feijão Tiras de carne Seleta de legumes Chuchu com milho/Tomate	Arroz/Feijão Frango assado Salada de batata com cenoura Alface/Tomate	Arroz/Lentilha Peixe empanado Polenta gratinada Beterraba/Broto	Arroz/Feijão Panquecas de espinafre com carne Cenoura cozida/Rúcula
FRUTA	Maçã	Pêra	Melancia	Melão	Mix de frutas

30/03 à 31/03

REFEIÇÃO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
ALMOÇO 11:30 min.	Arroz/Feijão Bifinhos Omelete de legumes Couve flor/Pepino	Arroz/Feijão Torta de frango Abobrinha refogada Tomate/Broto			
FRUTA	Banana	Manga			

- **Atenção o nosso cardápio está sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade dos produtos, pois priorizamos alimentos de boa qualidade!**

CARDAPIO LANCHE MARÇO DE 2026
TURNO INTEGRAL

02/03 à 06/03

REFEIÇÃO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
LANCHE MANHÃ	Bolo de Cenoura Suco verde	Pizza de queijo Suco de uva	Gelatina com frutas picadas	Pão com geleia Leite com cacau	Salada de frutas

09/03 à 13/03

REFEIÇÃO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
LANCHE MANHÃ	Sanduíche de queijo/tomate Suco laranja	Cuca de banana Chá gelado	Pão caseiro com patê de cenoura Suco maçã	Creme de cacau Suco frutas	logurte de frutas Granola

16/03 à 20/03

REFEIÇÃO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
LANCHE MANHÃ	Bolo formigueiro Suco de Uva	Pão de queijo Batida de banana	Pão bisnaguinha com creme de ricota Chá gelado	Cup cake de baunilha Leite com cacau	Pizza margarita Suco de laranja

23/03 à 27/03

REFEIÇÃO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
LANCHE MANHÃ	Torta de aveia com maçã Suco de frutas	Biscoito salgado com requeijão Suco de maçã	Bolo de maçã com canela Leite com cacau	logurte natural Banana picada	Torradinhas de queijo Suco de uva

30/03 à 31/03

REFEIÇÃO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
LANCHE MANHÃ	Cueca virada assada Suco de laranja	Biscoito salgado Patê de ervas finas			

- Atenção o nosso cardápio está sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade dos produtos, pois priorizamos alimentos de boa qualidade!