

Plano Alimentar – ALMOÇO

SETEMBRO 2026

Cardápio A



Segunda

Arroz branco, feijão, carne assada desfiada, purê de batata doce e salada de cenoura ralada, repolho e couve.



Terça

Arroz, branco, feijão, abóbora cozida, panquequinha de frango e salada de pepino e tomate.



Quarta

Arroz branco, feijão, escondidinho de carne moída com queijo gratinado e brócolis à vapor.



Quinta

Arroz branco, feijão, creme de aipim com cubinhos de frango, batata corada e salada de alface e tomate.



Sexta

Macarrão argolinha (sêmola) à bolonhesa, feijão e beterraba ralada.



Plano Alimentar – LANCHE



Segunda

Biscoito de maisena / suco de melancia.



Terça

Pão de forma com requeijão / suco de uva.



Quarta

Cream cracker / suco de goiaba.



Quinta

Bisnaguinha com margarina / suco de manga.



Sexta

Torrada com requeijão / suco de laranja.



Eventualmente, o cardápio poderá sofrer alterações, com a substituição por alimentos de equivalente valor nutricional. Os temperos utilizados são tomate, alho e cebola, sem condimentos artificiais.



Plano Alimentar – ALMOÇO

SETEMBRO 2026

Cardápio B



Segunda

Arroz branco, feijão, creme de milho com frango e salada de alface e tomate.



Terça

Arroz branco, feijão, nhoque de aipim com carne moída e salada de pepino e tomate.



Quarta

Arroz branco, feijão, ensopado de batata e cenoura com frango em cubos e espinafre refogado.



Quinta

Feijão, macarrão cremoso com frango desfiado e brócolis cozido.



Sexta

Arroz branco, feijão, abobrinha recheada com carne moída e farofa com banana.

Plano Alimentar – LANCHE



Segunda

Pão francês com margarina / suco de uva



Terça

Cream craquer / suco de laranja



Quarta

Torrada com margarina / manga.



Quinta

Biscoito de maisena / suco de melancia.



Sexta

Pão carequinha com requeijão / suco de goiaba.



Eventualmente, o cardápio poderá sofrer alterações, com a substituição por alimentos de equivalente valor nutricional. Os temperos utilizados são tomate, alho e cebola, sem condimentos artificiais.

