

CARDÁPIO 2025

ENSINO FUNDAMENTAL

- Cardápio 1:

DIA	ALMOÇO
2ª FEIRA	Carne Moída, Arroz, “Feijão Arte”, Cenoura e Chuchu Cozidos e Saladas.
3ª FEIRA	Frango em Cubos com Cenoura, Arroz, “Feijão Arte”, Couve Refogada e Saladas.
4ª FEIRA	Filé de Peixe, Arroz, “Feijão Arte”, Purê de Batata, Couve Flor e Saladas.
5ª FEIRA	Lombo Assado, “Feijão Arte”, Polenta, Brócolis Cozido e Saladas.
6ª FEIRA	Ovos Mexidos, Arroz, “Feijão Arte”, Jardineira de Legumes e Saladas.

- Os cardápios são semanais e revezados entre si;
- Diariamente são oferecidos pelo menos 3 tipos de saladas variadas, como: beterraba, cenoura, chuchu, couve flor, brócolis, alface, rúcula, agrião, tomate, repolho, abóbora, abobrinha, entre outras, de acordo com a disponibilidade, dando preferência para os alimentos da época.
- O “Feijão Arte” é enriquecido com verduras (batata doce, cenoura, abóbora, beterraba e chuchu).
- Como substituição da carne do dia, é servido ovo cozido.
- Quando a carne do dia tem molho, é também servida a opção de carne sem molho.
- A sobremesa do almoço é fruta da época (pelo menos 2 opções).

CARDÁPIO 2025

ENSINO FUNDAMENTAL

- Cardápio 2:

DIA	ALMOÇO
2ª FEIRA	Carne Moída com Cenoura, Arroz, “Feijão Arte”, Farofa Nutritiva e Saladas
3ª FEIRA	Estrogonofe de Frango, Arroz com Cenoura, Batata Palha e Saladas
4ª FEIRA	Filé de Peixe, Arroz, Feijão Arte, Purê de Batata Doce e Saladas.
5ª FEIRA	Lombo Assado, Arroz, “Feijão Arte”, Chuchu e Cenoura Cozidos e Saladas.
6ª FEIRA	Omelete com Verduras, Arroz, “Feijão Arte” e Saladas

- Os cardápios são semanais e revezados entre si;
- Diariamente são oferecidos pelo menos 3 tipos de saladas variadas, como: beterraba, cenoura, chuchu, couve flor, brócolis, alface, rúcula, agrião, tomate, repolho, abóbora, abobrinha, entre outras, de acordo com a disponibilidade, dando preferência para os alimentos da época.
- O “Feijão Arte” é enriquecido com verduras (batata doce, cenoura, abóbora, beterraba e chuchu).
- Como substituição da carne do dia, é servido ovo cozido.
- Quando a carne do dia tem molho, é também servida a opção de carne sem molho.
- A sobremesa do almoço é fruta da época (pelo menos 2 opções).

CARDÁPIO 2025

ENSINO FUNDAMENTAL

- Cardápio 3:

DIA	ALMOÇO
2ª FEIRA	Madalena de Carne Moída, Arroz, “Feijão Arte”, Cenoura Cozida com Couve e Saladas.
3ª FEIRA	Frango ao Molho, Macarrão ao Alho e Óleo, Abobrinha com Cenoura e Saladas.
4ª FEIRA	Filé de Peixe, Arroz, “Feijão Arte”, Batata Doce Cozida com Cenoura e Saladas.
5ª FEIRA	Lombo Assado com Molho, Arroz com Lentilha, Farofa Nutritiva e Saladas.
6ª FEIRA	Omelete com Espinafre, Arroz, “Feijão Arte”, Chuchu com Cenoura Cozidos e Saladas.

- Os cardápios são semanais e revezados entre si;
- Diariamente são oferecidos pelo menos 3 tipos de saladas variadas, como: beterraba, cenoura, chuchu, couve flor, brócolis, alface, rúcula, agrião, tomate, repolho, abóbora, abobrinha, entre outras, de acordo com a disponibilidade, dando preferência para os alimentos da época.
- O “Feijão Arte” é enriquecido com verduras (batata doce, cenoura, abóbora, beterraba e chuchu).
- Como substituição da carne do dia, é servido ovo cozido.
- Quando a carne do dia tem molho, é também servida a opção de carne sem molho.
- A sobremesa do almoço é fruta da época (pelo menos 2 opções).

CARDÁPIO 2025

ENSINO FUNDAMENTAL

- Cardápio 4:

DIA	ALMOÇO
2ª FEIRA	Carne Moída, Arroz, “Feijão Arte”, Jardineira de Legumes e Saladas
3ª FEIRA	Estrogonofe de frango, Arroz, Brócolis e Cenoura Cozidos e Saladas.
4ª FEIRA	Filé de Peixe, Arroz, “Feijão Arte”, Couve Flor e Cenoura Cozidas e Saladas
5ª FEIRA	Lombo Assado, Arroz, Lentilha Nutritiva, Abóbora Cozida e Saladas
6ª FEIRA	Omelete com Espinafre, Arroz, “Feijão Arte”, Batata Doce e Saladas

- Os cardápios são semanais e revezados entre si;
- Diariamente são oferecidos pelo menos 3 tipos de saladas variadas, como: beterraba, cenoura, chuchu, couve flor, brócolis, alface, rúcula, agrião, tomate, repolho, abóbora, abobrinha, entre outras, de acordo com a disponibilidade, dando preferência para os alimentos da época.
- O “Feijão Arte” é enriquecido com verduras (batata doce, cenoura, abóbora, beterraba e chuchu).
- Como substituição da carne do dia, é servido ovo cozido.
- Quando a carne do dia tem molho, é também servida a opção de carne sem molho.
- A sobremesa do almoço é fruta da época (pelo menos 2 opções).