



CARDÁPIO

DESJEJUM

RESPONSÁVEL: VANESSA FERREIRA SANTOS

	02/03/2026	03/03/2026	04/03/2026	05/03/2026	06/03/2026	07/03/2026
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABADO
BEBIDA QUENTE	café	café	café	café	café	café
	chá	chá	chá	chá	chá	chá
	leite de vaca	leite de vaca	leite de vaca	leite de vaca	leite de vaca	leite de vaca
	leite vegetal	leite vegetal	leite vegetal	leite vegetal	leite vegetal	leite vegetal
ACHOCOLATADO	achocolatado	achocolatado	achocolatado	achocolatado	achocolatado	achocolatado
GORDURA	margarina	margarina	margarina	margarina	margarina	margarina
PANIFICAÇÃO	pão francês	pão francês	pão francês	pão francês	pão francês	pão francês
PANIFICAÇÃO EXTRA			panificação extra			
COMPLEMENTO 1	ovos mexidos	ovos mexidos	ovos mexidos	ovos mexidos	ovos mexidos	ovos mexidos
	1 opção de frios				proteína	
COMPLEMENTO 2	pasta salgada	pasta salgada	pasta salgada	pasta salgada	pasta salgada	pasta salgada
	pasta doce	pasta doce	pasta doce	pasta doce	pasta doce	pasta doce
FRUTA	fruta	fruta	fruta	fruta	fruta	fruta



CARDÁPIO

ALMOÇO

RESPONSÁVEL: VANEISSA FERREIRA SANTOS

	02/03/2026	03/03/2026	04/03/2026	05/03/2026	06/03/2026	07/03/2026
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABADO
SALADA	tomate	tomate	vinagrete	tomate	tomate	vinagrete
	folhas	folhas	folhas	folhas	folhas	folhas
	pepino	abóbora cozida	repolho colorido	vagem	acelga	salpicão
PRATO PRINCIPAL	estrogonoffe frango 200g/300kcal	bife bovino 180g/280kcal	suino ao molho de alho 200g/340kcal	sassami grelhado 180g/240kcal	carne assada 180g/280kcal	peixe frito 200g/400kcal
GUARNIÇÃO	batata palha 120g/250kcal	creme de milho 120g/110kcal	legumes 120g/250kcal	macarrão 120g/370kcal	mandioca 120g/220kcal	legumes 120g/250kcal
OPÇÃO VEGETARIANA	proteína de soja acebolada	lasanha vegana	feijoada vegetariana	quibe vegano de lentilha (assado)	escondidinho vegano	proteína de soja ao sugo
	150g/200kcal	150g/200kcal	200g/220kcal	150g/185kcal	150g/250kcal	150g/200kcal
FRUTA	fruta	fruta	fruta	fruta	fruta	fruta
SOBREMESA	paçoca	arroz doce	gelatina	doce de abóbora	mousse	gelatina cremosa
PRATO BASE	arroz integral	arroz integral	arroz integral	arroz integral	arroz integral	arroz integral
	arroz branco	arroz branco	arroz branco	arroz branco	arroz branco	arroz branco
	feijão com caldo	feijão com caldo	feijão com caldo	feijão com caldo	feijão com caldo	feijão com caldo



CARDÁPIO

JANTAR

RESPONSÁVEL: VANESSA FERREIRA SANTOS

	02/03/2026	03/03/2026	04/03/2026	05/03/2026	06/03/2026	
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
SALADA	tomate	tomate	vinagrete	tomate	tomate	
	folhas	folhas	folhas	folhas	folhas	
	pepino	cenoura cozida	repolho colorido	beterraba ralada	acelga	
PRATO PRINCIPAL	estrogonoffe de carne 200/300kcal	sassami grelhado 180g/240kcal	carne assada 180g/280kcal	suino ao molho de alho 200g/340kcal	peixe frito 200g/400kcal	
GUARNIÇÃO	batata palha 120g/250kcal	creme de milho 120g/110kcal	legumes grelhados 120g/390kcal	macarrão 120g/370kcal	mandioca 120g/220kcal	
OPÇÃO VEGETARIANA	proteína de soja acebolada	lasanha vegana	feijoada vegetariana	quibe vegano de lentilha (assado)	escondidinho vegano	
	150g/200kcal	150g/200kcal	200g/220kcal	150g/185kcal	150g/250kcal	
FRUTA	fruta	fruta	fruta	fruta	fruta	
SOBREMESA	paçoca	arroz doce	gelatina	doce de abóbora	mousse	
PRATO BASE	arroz integral	arroz integral	arroz integral	arroz integral	arroz integral	
	arroz branco	arroz branco	arroz branco	arroz branco	arroz branco	
	feijão com caldo	feijão com caldo	feijão com caldo	feijão com caldo	feijão com caldo	