



CARDÁPIO

DESJEJUM

RESPONSÁVEL: VANESSA FERREIRA SANTOS

	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026	28/02/2026
	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
	geléia de frutas	geléia de frutas	geléia de frutas	geléia de frutas	geléia de frutas	geléia de frutas
FRUTA	fruta	fruta	fruta	fruta	fruta	fruta



CARDÁPIO

ALMOÇO

RESPONSÁVEL: VANESSA FERREIRA SANTOS

	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026	28/02/2026
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABADO
SALADA	tomate	tomate	vinagrete	tomate	tabule	tomate
	folhas	folhas	folhas	folhas	folhas	folhas
	pepino	cenoura cozida	repolho colorido	beterraba ralada	acelga	cenoura ralada
PRATO PRINCIPAL	bife bovino 180g/375kcal	feijoada 250g/420kcal	sobrecoxa 200g/300kcal	iscas bovina acebolada 180g/330kcal	carne moída com legumes 180g/300kcal	peixe 180g/250kcal
GUARNIÇÃO	macarrão ao pesto 120g/390kcal	farofa de couve 120g/390kcal	legumes salteados 120g/110kcal	pure de abóbora 120g/95kcal	macarrão ao sugo 120g/220kcal	legumes salteados 120g/110kcal
OPÇÃO VEGETARIANA	proteína de soja acebolada 150g/175kcal	feijoada vegana 200g/220kcal	legumes proteico (pts) 150g/180kcal	escondidinho vegano 150g/185kcal	proteína de soja ao sugo 150g/180kcal	mix vegano (lent+gb+legumes) 150g/220kcal
FRUTA	fruta	fruta	fruta	fruta	fruta	fruta
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



CARDÁPIO

JANTAR

RESPONSÁVEL: VANESSA FERREIRA SANTOS

	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026	
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
SALADA	tomate	tomate	vinagrete	tomate	tabule	
	folhas	folhas	folhas	folhas	folhas	
	pepino	cenoura cozida	repolho colorido	beterraba ralada	acelga	
PRATO PRINCIPAL	iscas bovina acebolada	feijoada	peixe	carne moída com legumes	sobrecoxa	
	180g/330kcal	250g/420kcal	180g/250kcal	180g/300kcal	200g/300kcal	
GUARNIÇÃO	macarrão ao pesto 120g/390kcal	farofa de couve 120g/390kcal	legumes salteados 120g/110kcal	pure de abóbora 120g/95kcal	macarrão ao sugo 120g/220kcal	
OPÇÃO VEGETARIANA	proteína de soja acebolada	feijoada vegana	legumes proteico (pts)	escondidinho vegano	proteína de soja ao sugo	
	150g/175kcal	200g/220kcal	150g/180kcal	150g/185kcal	150g/180kcal	
FRUTA	fruta	fruta	fruta	fruta	fruta	
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	