

Cardápio Fevereiro 2026

Nutricionista: Karla Keller Martins CRN 3 - 37338

Refeição	Segunda-feira 02/02	Terça-Feira 03/02	Quarta-Feira 04/02	Quinta-Feira 05/02	Sexta-Feira 06/02
Lanche da Manhã	Suco	Suco	Água de coco	Suco	Suco
	Pão francês com ovos	Cupcake de cenoura	Torrada com margarina	Mini esfiha	Pão de cenoura com queijo
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Arroz Feijão carioca	Arroz integral/ Feijão carioca	Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão branco	Arroz Feijão carioca
Prato Principal	Carne moída refogada	Bife grelhado	Filé de coxa assado	Picadinho de carne	Peixe no forno
Guarnição	Brócolis no vapor	Espinafre refogado	Macarrão a bolonhesa	Batata rustica	Batata doce assada
Salada	Alface com tomate	Acelga com beterraba	Couve	Rúcula com tomate cereja	Escarola
Sobremesa	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	Salada de fruta
Lanche da Tarde	Leite com chocolate	Suco	Suco	logurte de morango	Suco
	Bisnaga com requeijão	Pão de queijo	Lanchinho de queijo branco com peito de frango	Pão de forma com requeijão	Bolo formigueiro
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão branco	Arroz Feijão carioca
Prato Principal	Peixe ao molho	Isca de frango	Carne moída refogada	Filé mignon suíno em isca	Frango cubinho
Guarnição	Purê de batatas	Batata doce assada	Vagem refogada	Mandioca cozida	Macarrão bolonhesa
Salada	Alface com tomate	Acelga com beterraba	Couve	Rúcula com tomate cereja	Escarola
Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Gelatina	Fruta
Cardápio sujeito a alterações.					

Observação Importante:

Cardápio sujeito a alterações devido à sazonalidade de produtos.

Fruta da época como sobremesa.

Alguns alimentos irão variar de acordo com a restrição alimentar de cada criança.

Todos os salgados são assados ao forno, com isso, livres de frituras

Os sucos são naturais e adoçados de forma saudável para que as crianças aprendam a saborear os alimentos com sua composição natural

Cardápio Fevereiro 2026

Nutricionista: Karla Keller Martins CRN 3 – 37338

Refeição	Segunda-feira 09/02	Terça-Feira 10/02	Quarta-Feira 11/02	Quinta-Feira 12/02	Sexta-Feira 13/02
Lanche da Manhã	Leite com chocolate	Suco natural	logurte de morango	Suco natural	Suco natural
	Pão de leite com requeijão	Pão de queijo	Pão francês na chapa	Mini pizza	Lanchinho de frango com cenoura
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Arroz Feijão carioca	Arroz integral/ Feijão carioca	Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão preto	Arroz Feijão carioca
Prato Principal	Almondegas caseiras	Frango desfiado	Omelete de queijo com tomate	Lombo suíno	Sobrecoxa assada
Guarnição	Cenoura Sautte	Crema de milho	Macarrão a bolonhesa	Couve refogada	Legumes refogado
Salada	Alface americana	Agrião	Acelga com vinagrete	Alface mimosa com cenoura	Beterraba
Sobremesa	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche da Tarde	Cereal matinal com leite	Suco natural	Vitamina de fruta	Suco natural	Leite com chocolate
	Torrada com queijo	Pão de forma com requeijão	Biscoito Salgado	Tapioca com queijo	Cookie caseiro com aveia
	Fruta	Fruta	Fruta	Salada de fruta	Fruta
Jantar	Arroz Feijão carioca	Arroz integral / Feijão carioca	Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão preto	Arroz Feijão carioca
Prato Principal	Sobrecoxa assada	Carne moída	Picadinho de carne	Frango desfiado	Carne assada
Guarnição	Abóbora refogada	Mandioquinha refogada	Legumes refogado	Brócolis refogado	Macarrão bolonhesa
Salada	Alface americana	Agrião	Acelga com vinagrete	Alface mimosa com cenoura	Beterraba
Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Gelatina	Fruta
Cardápio sujeito a alterações.					

Observação Importante: Cardápio sujeito a alterações devido à sazonalidade de produtos.

Fruta da época como sobremesa.

Observação Importante: Os recheios dos pães irão variar de acordo com a restrição alimentar de cada criança.

Todos os salgados são assados ao forno, com isso, livres de frituras

Os sucos são naturais e adoçados de forma saudável para que as crianças aprendam a saborear os alimentos com sua composição natural

Cardápio Fevereiro 2026

Nutricionista: Karla Keller Martins CRN 3 - 37338

Refeição	Segunda-feira 16/02	Terça-Feira 17/02	Quarta-Feira 18/02	Quinta-Feira 19/02	Sexta-Feira 20/02
Lanche da Manhã				Suco natural	Suco natural
				Pão de leite com requeijão	Pão de queijo
				Fruta	Fruta
Almoço	CARNAVAL	CARNAVAL	QUARTA-FEIRA DE CINZAS	Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão carioca
Prato Principal				Carne cozida em cubos	Strogonoff de frango leve
Guarnição				Couve refogada	Batata palha
Salada				Alface com tomate	Mix de folhas
Sobremesa				Fruta	Fruta
Lanche da Tarde				Suco natural	Leite com chocolate
				Bolo de laranja	Bisnaga com queijo
				Fruta	Fruta
Jantar				Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão carioca
Prato Principal				Ovos mexidos	Picadinho de carne
Guarnição				Brócolis refogado	Batata assada
Salada				Alface com tomate	Mix de folhas
Sobremesa				Fruta	Fruta
Cardápio sujeito a alterações.					

Observação Importante: Cardápio sujeito a alterações devido à sazonalidade de produtos.

Fruta da época como sobremesa.

Observação Importante: Os recheios dos pães irão variar de acordo com a restrição alimentar de cada criança.

Todos os salgados são assados ao forno, com isso, livres de frituras

Os sucos são naturais e adoçados de forma saudável para que as crianças aprendam a saborear os alimentos com sua composição natural

Cardápio Fevereiro 2026

Nutricionista: Karla Keller Martins CRN 3 – 37338

Refeição	Segunda-feira 23/02	Terça-Feira 24/02	Quarta-Feira 25/02	Quinta-Feira 26/02	Sexta-Feira 27/02
Lanche da Manhã	iogurte de morango	Suco natural	Leite com chocolate	Suco natural	Suco natural
	Pão de cenoura com requeijão	Muffin de maçã	Torrada com margarina	Pão de leite com queijo	Mini esfiha
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Arroz /Feijão carioca	Arroz/Lentilha	Arroz/Feijão Carioca	Arroz / Feijão carioca	Arroz Feijão carioca
Prato Principal	Escondidinho de carne	Frango desfiado com tomate e milho	Ovos mexidos	Hamburguer caseiro	Peixe assado
Guarnição	Bolinho de espinafre	Abobora refogada	Macarrão bolonhesa	Batata palito assada	Purê de batatas
Salada	Repolho com tomate	Couve	Alface	Agrião	Alface com tomate
Sobremesa	Fruta	Gelatina	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche da Tarde	Suco natural	Vitamina de frutas	Suco natural	Suco natural	Suco natural
	Pão na chapa	Biscoito caseiro	Pão de mandioquinha com queijo	Biscoito salgado com geleia	Tapioca com queijo
	Fruta	Fruta	Fruta	Salada de fruta	Fruta
Jantar	Arroz/feijão carioca	Arroz/Lentilha	Arroz/Feijão carioca	Arroz Feijão carioca	Arroz Feijão carioca
Prato Principal	Frango crocante	Carne em cubos cozida	Pernil em cubinhos	Sobrecoxa de frango ao molho	Tiras de carne
Guarnição	Cenoura salteada	Acelga refogada	Farofa de couve	Escarola refogada	Macarrão a bolonhesa
Salada	Repolho com tomate	Couve	Alface	Agrião	Alface com tomate
Sobremesa	Fruta	Fruta	Fruta	Gelatina	Fruta
Cardápio sujeito a alterações.					

Observação Importante: Cardápio sujeito a alterações devido à sazonalidade de produtos.

Fruta da época como sobremesa.

Observação Importante: Os recheios dos pães irão variar de acordo com a restrição alimentar de cada criança.

Todos os salgados são assados ao forno, com isso, livres de frituras

Os sucos são naturais e adoçados de forma saudável para que as crianças aprendam a saborear os alimentos com sua composição natural