

LANCHE | SETEMBRO 2026

Lanche: Nível IV & V, 1º, 2º e 3º anos

	Segunda 31/08	Terça 01/09	Quarta 02/09	Quinta 03/09	Sexta 04/09
Manhã	AGOSTO	Smothie de banana com morango e Sanduiche natural	Suco de laranja e Pão de queijo	Uva/maçã	logurte de morango com banana e granola
Tarde		Suco de goiaba e Torradinhas com requeijão	Vitamina de goiaba e tapioca com queijo	Banana e abacaxi	Suco de manga e Crepioca de frango
	Segunda 07/09	Terça 08/09	Quarta 09/09	Quinta 10/09	Sexta 11/09
Manhã	FERIADO	Suco de manga e Pão de queijo	Suco de uva e Crepioca com bolo simples	Uva roxa, banana e manga	Suco de goiaba e Biscoito salgado com requeijão
Tarde		Suco de uva e bolo de banana	Suco de manga e Muffin de frango	Banana e melancia	Suco de acerola e Bolo mesclado
	Segunda 14/09	Terça 15/09	Quarta 16/09	Quinta 17/09	Sexta 18/09
Manhã	Vitamina de uva e Crepioca de frango	Smothie de goiaba e Biscoitos sortidos	logurte de morango com banana e granola	Manga, banana e maçã	Smothie de banana com morango e Sanduiche natural
Tarde	Suco de laranja e Pão de queijo	Suco de uva e Bolo de ovos	Suco de acerola e Panqueca de banana com mel	Banana e abacaxi	Suco de abacaxi e Crepioca com recheio de frango
	Segunda 21/09	Terça 22/09	Quarta 23/09	Quinta 24/09	Sexta 25/09
Manhã	Mix de frutas (banana, uva roxa e melão)	Melão, banana e manga	Danone natural (banana com beterraba)	Melão branco, tangerina, banana	Suco verde (couve, abacaxi e laranja) e Sanduiche natural
Tarde	Vitamina de uva e Crepioca de frango	Suco de manga e Tapioca com queijo coalho	Suco de manga e Muffin de frango	Banana e melancia	Suco goiaba e Torradinhas com requeijão
	Segunda 28/09	Terça 29/09	Quarta 30/09	Quinta 01/10	Sexta 02/10
Manhã	Banana em rodela com granola, uva roxa e mel	Salada de frutas	Smothie de banana com morango e bolinho individual	OUTUBRO	
Tarde	Suco de uva com melão e Bolo de banana	Suco de mamão com laranja e Crepioca de frango	Leite com chocolate e panqueca de banana com mel		

*Este cardápio está sujeito a modificações em casos de eventualidades.

Nutricionista: Ana Paula Mariano - CRN 1200



ALMOÇO | SETEMBRO 2026

Segunda 31/08	Terça 01/09	Quarta 02/09	Quinta 03/09	Sexta 04/09
AGOSTO	MUQUECA DE PEIXE	FILET DE FRANGO AO MOLHO DE ERVAS	TORTA DE CARNE	FEIJOADA LIGTH
	Arroz refogado com vagem	Arroz branco refogado com couve	Arroz refogado com cenoura	Arroz refogado
	Pirão	Feijão preto	Feijão carioca	Farofa
	Salada (alface, tomate temperado, pepino sunomono)	Legumes com maionese verde	Salada de alface/repolho roxo com tomate temperado com cenoura ralada	Couve folha refogado
	Molho caeser	Molho caeser	Molho caeser	Laranja em rodela
	Salada de frutas		Abacaxi e banana	Suco de abacaxi
	Suco de manga	Suco de goiaba	Suco de caju	Mousse de maracujá
Segunda 07/09	Terça 08/09	Quarta 09/09	Quinta 10/09	Sexta 11/09
FERIADO	ESTROGNOFE DE PEIXE	FILET DE SOBRECOXA AO MOLHO BARBECUE	PAÇOCA	FILET DE FRANGO AO MOLHO DE MOSTARDA
	Arroz refogado com cenoura	Arroz refogado com cenoura	Arroz refogado com couve	Arroz refogado
	Feijão branco	Feijão carioca	Feijão preto	Feijão carioca
	Salada tropical (alface crespas, manga, tomate, cenoura)	Salada de batata doce com abóbora rústica	Vinagretti	Vinagretti
	Molho de mostarda e mel			Molho de iogurte com ervas
	Suco de caju	Molho de mostarda e mel	Suco de manga	Suco de acerola
	Salada de Frutas	Suco de goiaba	Banana e melancia	Pavê dois amores
Segunda 14/09	Terça 15/09	Quarta 16/09	Quinta 17/09	Sexta 18/09
PENNE COLORIDO	TORTA DE PEIXE	ESTROGNOFFE DE FRANGO	ISCA DE CARNE AO MOLHO MADEIRA	FILET DE FRANGO AO MOLHO DE ERVAS
MOLHO BOLONHESA, ABOBRINHA, BRANCO	Arroz refogado	Arroz refogado com cenoura	Arroz refogado	Arroz refogado
Grão de bico temperado, acelga e cenoura ralada, tomate temperado	Feijão branco	Feijão carioca	Feijão preto	Purê de batata com jerimum
	Salada (alface, tomate temperado pepino sunomono)	Chuchu com cenoura refogados	Salada de tomate, repolho branco e beterraba ralada	Salada (vagem, cenoura, ervilha e milho verde)
	Molho de mostarda e mel			
	Suco de abacaxi		Suco de manga	Suco de cajá
Suco de goiaba	Salada de Frutas	Suco de goiaba	Banana e abacaxi	Delícia de abacaxi
Segunda 21/09	Terça 22/09	Quarta 23/09	Quinta 24/09	Sexta 25/09
ESPAGUETE	PEIXE AO MOLHO DE LARANJA	SOBRECOXA ASSADA	BIFE DE PANELA AO MOLHO	FEIJOADA LIGTH
Molho com frango, molho vermelho	Arroz refogado com couve	Arroz refogado com açafrão	Arroz refogado com ervilha	Arroz refogado
Molho caponata	Feijão branco farofado	Feijão preto	Feijão carioca	Farofa
Grão de bico a vinagretti	Salada de acelga, cenoura, brócolis)	Legumes refogados (battata/vagem/chuchu)	batata doce rústica	Couve folha refogado
			Salada de alface com tomate	Laranja em rodela
Molho de iogurte com limão e ervas	Suco de abacaxi	Molho de iogurte com limão e ervas	Suco de goiaba	Suco de abacaxi
Suco de manga	Salada de Frutas	Suco de manga	Banana e melancia	Mousse de limão
Segunda 28/09	Terça 29/09	Quarta 30/09	Quinta 01/10	Sexta 02/10
LASANHA DE FRANGO	PEIXE COM BATATA GRATINADO	CREME DE FRANGO COM MILHO VERDE	OUTUBRO	
LASANHA DE BERINGELA	Arroz refogado com brócolis	arroz refogado com batata palha		
	Feijão branco	Feijão carioca		
Salada (grão de bico refogado, com tomate temperado e cenoura ralada)	Salada tropical (alface crespas, manga, tomate, cenoura)	Maionese de legumes		
	Molho de mostarda e mel			
Molho de mostarda e mel	Suco de goiaba	Molho de mostarda e mel		
Suco de manga	Salada de Frutas	Suco de abacaxi		
*Este cardápio está sujeito a modificações em casos de eventualidades.				Nutricionista: Ana Paula Mariano - CRN 1200