

# Alimentação Escolar Cardápio



**CENTRO EDUCACIONAL 113**

Obs: cardápio sujeito a alteração.

	Segunda - 02.02.26	Terça - 03.02.26	Quarta 04.02.26	Quinta 05.02.26	Sexta 06.02.26
Manhã	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite batido com polpa de maracujá</li> <li>• Pão de leite com requeijão</li> <li>• Maça</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite com café</li> <li>• Pão de milho com queijo muçarela</li> <li>• Melancia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Iogurte de morango</li> <li>• Pão de queijo</li> <li>• Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de caju</li> <li>• Bolo de coco</li> <li>• Mamão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite batido com banana congelada e chocolate</li> <li>• Pão sovado com queijo prato + acompanhamentos opcionais para frios</li> <li>• Melão</li> </ul>
Almoço	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão</li> <li>• Coxinha da asa assada</li> <li>• OPÇ: Abobrinha recheada de PTS</li> <li>• Creme de milho</li> <li>• Salada de repolho, manga e tomate</li> <li>• Melão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão</li> <li>• Picadinho de carne com batata</li> <li>• OPÇ: Quibe de lentilha</li> <li>• Salada de alface crespa</li> <li>• Creme de limão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão</li> <li>• Frango ao molho ferrugem</li> <li>• OPÇ: Hambúrguer de feijão-fradinho com molho</li> <li>• Macarrão penne alho e óleo</li> <li>• Salada de brócolis</li> <li>• Abacaxi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijoadinha</li> <li>• OPÇ: Feijoadinha de vegetais</li> <li>• Farinha de mandioca</li> <li>• Couve refogada</li> <li>• Laranja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz</li> <li>• Feijão</li> <li>• Estrogonofe de carne</li> <li>• OPÇ: Estrogonofe de vegetais com grão-de-bico</li> <li>• Batata palha</li> <li>• Salada de acelga</li> <li>• Abacaxi</li> </ul>
Tarde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de goiaba</li> <li>• Pão francês com ovo mexido</li> <li>• Maça</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de acerola</li> <li>• Bolo churros</li> <li>• Melancia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Iogurte de morango</li> <li>• Pão de queijo</li> <li>• Banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leite com cereal de chocolate</li> <li>• 1° ao 5°: Biscoito de polvilho. EM Biscoito de polvilho + Pão sovado com queijo prato</li> <li>• Mamão</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de pêssego</li> <li>• Baguete com gergelim recheado de isca de carne com vinagrete</li> <li>• Melão</li> </ul>

**Nutricionista responsável:**

**Marcele Zimiano**



