

CARDÁPIO

Outubro 2026



		quinta-feira 01/10	sexta-feira 02/10
Lanche		Pão de queijo, suco de uva e fruta	Pão francês com manteiga, limonada e fruta
Almoço / Jantar		Arroz, feijão, carne moída, inhame cozido, chuchu refogado e tomate	Arroz, feijoada leve, couve refogada e vinagrete

	segunda-feira 05/10	terça-feira 06/10	quarta-feira 07/10	quinta-feira 08/10	sexta-feira 09/10
Lanche	Pão francês com manteiga, limonada e fruta	Biscoito de polvilho, suco de maracujá e fruta	Biscoito cream cracker com requeijão, suco de caju e fruta	Pão de batata com muçarela, suco de manga e fruta	Pão de queijo, suco de uva e fruta
Almoço / Jantar	Arroz, feijão, frango em cubos, batata baroa cozida, beterraba e cenoura raladas	Arroz, feijão, ovos mexidos com vagem, macarrão com molho ao sugo e cenoura cozida	Arroz, feijão, frango empanado assado, purê de batata, salada de espinafre e tomate	Arroz, feijão, pernil desfiado, purê de abóbora, brócolis e couve flor	Macarronada com atum, molho rosé, ovo cozido, milho e salada de folhas

	segunda-feira 12/10	terça-feira 13/10	quarta-feira 14/10	quinta-feira 15/10	sexta-feira 16/10
Lanche	FERIADO	Rosquinha, suco de maracujá e fruta	Biscoito de aveia, suco de uva, fruta e Pipoca	Bolo, suco de abacaxi, fruta e Picolé	Cachorro quente, suco de goiaba e fruta
Almoço / Jantar		Arroz, feijão, pernil em cubos, abóbora cozida e couve refogada e tomate	Arroz, feijão e carne cozida com batata, cenoura e beterraba cozidas	Arroz, feijão, coxinha de frango, batata doce cozida, salada de pepino e tomate	Arroz, hambúrguer caseiro, batata frita e cenoura cozida

	segunda-feira 19/10	terça-feira 20/10	quarta-feira 21/10	quinta-feira 22/10	sexta-feira 23/10
Lanche	Pão de queijo, suco de uva e fruta	Pão francês com manteiga, limonada e fruta	Biscoito de polvilho, suco de maracujá e fruta	Biscoito cream cracker com requeijão, suco de caju e fruta	Pão de batata com muçarela, suco de manga e fruta
Almoço / Jantar	Arroz, feijão, carne moída, inhame cozido, chuchu refogado e tomate	Arroz, feijão, bife de frango, batata doce cozida, cenoura e beterraba cozidas	Arroz, feijão, omelete de abobrinha e queijo, macarrão ao alho e óleo e tomate	Arroz, feijão, lingüiça suína assada, farofa de cebola, moranga cozida e couve refogada	Arroz, fricassé de frango, batata palha e salada de folhas

	segunda-feira 26/10	terça-feira 27/10	quarta-feira 28/10	quinta-feira 29/10	sexta-feira 30/10
Lanche	Bolo, suco de goiaba e fruta	Pão de batata com requeijão, suco de uva e fruta	Pão de forma com muçarela, suco de abacaxi e fruta	Rosquinha, suco de maracujá e fruta	Biscoito maisena com manteiga, suco de uva e fruta
Almoço / Jantar	Arroz, feijão, filé suíno, batata sauté, salada de alface e cenoura	Arroz, feijão, carne moída, batata baroa cozida, abobrinha refogada e tomate	Arroz, feijão, frango desfiado, batata doce cozida, beterraba cozida e salada de espinafre	Arroz, feijão, ovos mexidos com vagem, macarrão com molho ao sugo e cenoura cozida	Arroz, stroganoff de frango, batata palha e cenoura ralada

Nosso cardápio exclusivo é balanceado e elaborado para fornecer comidinha caseira e fresquinha para nossas crianças.



**casa dos
porquês**

espaço pedagógico