

**CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - Mês: Janeiro/ Fevereiro de 2026**Adriana Marques Fontoura Barbosa - Nutricionista
CRN-3 21474

		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira 28/jan	Quinta-feira 29/jan	Sexta-feira 30/jan
1ª semana						
Lanche da manhã	Sem restrições			Mini pão francês com requeijão e muçarela + Brócolis	Crepioca com requeijão + palito de cenoura	Mini esfiha integral de ricota e espinafre + cubinhos de mandioquinha
	Sem ovo			Mini pão francês com requeijão e muçarela + Brócolis	Tapioca com patê de frango + palito de cenoura	Mini esfiha integral de ricota e espinafre + cubinhos de mandioquinha
	Sem leite			Pão caseiro com homus + Brócolis	Tapioca com patê de frango + palito de cenoura	Mini esfiha integral de carne e espinafre + cubinhos de mandioquinha
	Vegetariano			Mini pão francês com requeijão e muçarela + Brócolis	Crepioca com requeijão + palito de cenoura	Mini esfiha integral de ricota e espinafre + cubinhos de mandioquinha
	Todos			Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	Todos			Suco laranja com maracujá	Suco de uva	Suco de laranja com morango
Almoço	Todos			Mix de folhas, beterraba cozida e vagem no azeite	Mix de folhas, tomate grape e batata bolinha com azeite e cebolinha	Mix de folhas, pepino e vinagrete de repolho roxo
	Todos			Arroz integral/ Feijão carioca	Arroz integral/ Feijão carioca	Arroz integral / Feijão carioca Macarrão ao molho sugo
	Sem restrições			Strogonoff de frango com inhame	Salmão ao forno com azeite extra virgem	Filé de frango grelhado
	Sem ovo			Strogonoff de frango com inhame	Salmão ao forno com azeite extra virgem	Filé de frango grelhado
	Sem leite			Strogonoff de frango com inhame	Salmão ao forno com azeite extra virgem	Filé de frango grelhado
	Vegetariano			Strogonoff de legumes com inhame	Bolinho de quinoa com queijo	Falafel
	Opção			Ovo mexido	Ovo "frito"	Ovo mexido
	Sem restrições s/ ovo e leite			Batata assada no azeite	Purê de mandioquinha sem leite	Brócolis refogado
Fruta	Todos			Fruta da estação	Fruta da estação	Salada de frutas
Lanche da tarde	Sem restrições			Esfiha integral de frango com legumes + iogurte com morango	Tostex de queijo, tomate e orégano + barrinha de cereais	Mini pão francês com carne louca + bolo de cacau e abobrinha
	Sem ovo			Esfiha integral de frango com legumes + iogurte com morango	Tostex de queijo, tomate e orégano + barrinha de cereais	Mini pão francês com carne louca + bolo de cacau e abobrinha vegano
	Sem leite			Esfiha integral de frango com legumes + iogurte vegano com morango	Pão integral na chapa com tomate e orégano + barrinha de cereais	Pão caseiro com carne louca + bolo de cacau e abobrinha vegano
	Vegetariano			Esfiha integral de queijo com legumes + iogurte com morango	Tostex de queijo, tomate e orégano + barrinha de cereais	Mini pão francês com queijo branco + bolo de cacau e abobrinha
	Todos			Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	Todos			Suco de maçã com limão	Suco de melancia	Suco de abacaxi

Cardápio sujeito a alteração de acordo com a disponibilidade e maturação dos alimentos.



CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - Mês Fevereiro de 2026

Adriana Marques Fontoura Barbosa - Nutricionista
CRN-3 21474

		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª semana		02/fev	03/fev	04/fev	05/fev	06/fev
Lanche da manhã	Sem restrições	Chipa + palito de pepino	Bisnaguinha de mandiquinha com manteiga + tábuas de queijos	Torta de frango cremoso + cookie de cacau	Pão integral com requeijão + tomate cereja	"Nuggets" de frango caseiro + bolo de banana com cacau e aveia
	Sem ovo	Chipa fake + palito de pepino	Bisnaguinha de mandiquinha com manteiga + tábuas de queijos	Torta de frango massa vegana + cookie de cacau massa vegana	Pão integral com requeijão + tomate cereja	Nuggets de frango caseiro + bolo de banana com cacau e aveia massa vegana
	Sem leite	Chipa fake + palito de pepino	Bisnaguinha de mandiquinha com manteiga vegana + ovo mexido	Torta de frango massa vegana + cookie de cacau massa vegana	Pão integral com ovo mexido + tomate cereja	Nuggets de frango caseiro + bolo de banana com cacau e aveia massa vegana
	Vegetariano	Chipa + palito de pepino	Bisnaguinha de mandiquinha com manteiga + tábuas de queijos	Torta de queijo + cookie de cacau	Pão integral com requeijão + tomate cereja	Bolinho de grão de bico assado + bolo de banana com cacau e aveia
	Todos	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	Todos	Suco de laranja com goiaba	Suco de maracujá com manga	Suco de laranja	Suco de melancia	Suco de maçã e limão
Almoço	Todos	Mix de folhas, tomate em cubos e cenoura ralada	Mix de folhas, grão de bico com salsa e pepino	Mix de folha, pepino e quinoa com manga	Mix de folhas, tomate salada e berinjela refogada com azeite	Mix de folhas, tabule e repolho roxo com salsa
	Todos	Arroz integral/ Feijão carioca	Arroz integral/ Feijão carioca Macarrão ao molho sugo	Arroz integral/ Lentilha	Arroz integral/ Feijão preto	Arroz integral/ Feijão carioca
	Sem restrições	Coxinha de frango assada	Carne de panela	Filé de Saint Peter assado empanado na farinha de aveia + milho no azeite	Isclas de bife	Strogonoff de frango com inhame
	Sem ovo	Coxinha de frango assada	Carne de panela	Filé de Saint Peter assado empanado na farinha de aveia + milho no azeite	Isclas de bife	Strogonoff de frango com inhame
	Sem leite	Coxinha de frango assada	Carne de panela	Filé de Saint Peter assado empanado na farinha de aveia + milho no azeite	Isclas de bife	Strogonoff de frango com inhame
	Vegetariano	Quibe sem carne com recheio de legumes	Hambúrguer de lentilha	Milho refogado com cubos de queijo muçarela	Mini bolinho de grão de bico	Strogonoff de legumes com inhame
	Opção	Ovo mexido	Ovo "frito"	Fritada de batata e ovo	Ovo mexido	Omelete
	Sem restrições	Batata canoa	Couve flor alho e óleo	Mix de legumes no vapor	Creme de milho	Batata corada
	s/ ovo e leite	Batata canoa	Couve flor alho e óleo	Mix de legumes no vapor	Creme de milho com inhame	Batata corada
Fruta	Todos	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Mousse de cacau vegano
Lanche da tarde	Sem restrições	Torrada integral com requeijão + bolo de maçã e passas	Pão recheado com carne + barrinha de cereais	Panini com queijo + bolo de beterraba e cacau	Mini hambúrguer de frango com chia, alface e tomate + batata assada com catchup caseiro	Pão integral com queijo quente + ovinho de codorna
	Sem ovo	Torrada integral com requeijão + bolo de maçã e passas massa vegana	Pão recheado com carne + barrinha de cereais	Panini com queijo + bolo de beterraba e cacau massa vegana	Mini hambúrguer de frango com chia, alface e tomate + batata assada com catchup caseiro	Pão integral com queijo quente + brócolis
	Sem leite	Torrada integral com manteiga vegana + bolo de maçã e passas massa vegana	Pão recheado com carne + barrinha de cereais	Pão caseiro com homus + bolo de beterraba e cacau massa vegana	Mini hambúrguer de frango com chia, alface e tomate + batata assada com catchup caseiro	Pão integral com patê de semente de girassol + ovinho de codorna
	Vegetariano	Torrada integral com requeijão + bolo de maçã e passas	Pão recheado com legumes + barrinha de cereais	Panini com queijo + bolo de beterraba e cacau	Mini hambúrguer de legumes com chia, alface e tomate + batata assada com catchup caseiro	Pão integral com queijo quente + ovinho de codorna
	Todos	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	Todos	Suco de abacaxi	Suco de melancia	Suco de maçã com limão	Suco de goiaba	Suco de manga

Cardápio sujeito a alteração de acordo com a disponibilidade e maturação dos alimentos.



CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - Mês Fevereiro de 2026

Adriana Marques Fontoura Barbosa - Nutricionista
CRN-3 21474

		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª semana		09/fev	10/fev	11/fev	12/fev	13/fev
Lanche da manhã	Sem restrições	Mini pão francês com ovo mexido + cubinhos de queijo branco	Mini pastel de queijo + palito de cenoura	Pão de abóbora com homus + brócolis	Cuscuz com frango desfiado + bolo de iogurte	Muffin salgado de vegetais e queijo + milho cozido
	Sem ovo	Mini pão francês com homus + cubinhos de queijo branco	Mini pastel de queijo + palito de cenoura	Pão de abóbora com homus + brócolis	Cuscuz com frango desfiado + bolo de iogurte massa vegana	Muffin salgado de vegetais e queijo (massa vegana) + milho cozido
	Sem leite	Pão caseiro com geleia caseira + ovo de codorna	Mini pastel de frango + palito de cenoura	Pão de abóbora com homus + brócolis	Cuscuz com frango desfiado + bolo de iogurte massa vegana	Muffin salgado de vegetais (massa vegana) + milho cozido
	Vegetariano	Mini pão francês com ovo mexido + cubinhos de queijo branco	Mini pastel de queijo + palito de cenoura	Pão de abóbora com homus + brócolis	Cuscuz com ovo mexido + bolo de iogurte	Muffin salgado de vegetais e queijo + milho cozido
	Todos	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	Todos	Suco de uva	Suco de abacaxi	Suco de laranja com acerola	Suco de manga	Suco de melão
Almoço	Todos	Mix de folhas, sunomono e cenoura ralada	Mix de folhas, tomate grape e tabule de quinoa	Mix de folha, pepino e vinagrete	Mix de folhas, tomate salada e acelga com cenoura	Mix de folhas, alface americana com ovo de codorna e tomate rodela
	Todos	Arroz integral/ Feijão carioca	Arroz integral/ Lentilha	Arroz integral/ Feijão preto	Arroz integral/ Feijão carioca Macarrão ao molho sugo	Arroz integral/ Feijão carioca
	Sem restrições	Moqueca de tilápia	Sobrecoxa de frango ao molho	Feijoada ligh (sem carnes processadas)	Filé de frango grelhado	Porpeta de carne recheada com queijo
	Sem ovo	Moqueca de tilápia	Sobrecoxa de frango ao molho	Feijoada ligh (sem carnes processadas)	Filé de frango grelhado	Porpeta de carne recheada com queijo
	Sem leite	Moqueca de tilápia	Sobrecoxa de frango ao molho	Feijoada ligh (sem carnes processadas)	Filé de frango grelhado	Porpeta de carne recheada com legumes
	Vegetariano	Moqueca de legumes	Almôndegas de quinoa ao molho	Feijoada de legumes	Falafel	Porpeta de grão de bico recheada com queijo
	Opção	Ovo "frito"	Ovo mexido	Ovo mexido com cenoura	Omelete	Ovo mexido
	Sem restrições	Batata assada	Farofa de espinafre	Banana assada empanada e Couve refogada	Cenoura refogada	Brócolis
s/ ovo e leite	Batata assada	Farofa de espinafre	Banana assada empanada e Couve refogada	Cenoura refogada	Brócolis	
Fruta	Todos	Fruta da estação	Mousse de cacau vegano	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
Lanche da tarde	Sem restrições	Mini esfiha de frango + brócolis	Tostex de queijo, tomate e orégano + milho cozido	Chipa + muffin de banana e canela	Pão integral com queijo quente + barrinha de cereais com cacau	Quibe de carne recheado com ricota + batata doce
	Sem ovo	Mini esfiha de frango + brócolis	Tostex de queijo, tomate e orégano + milho cozido	Chipa fake + muffin de banana e canela massa vegana	Pão integral com queijo quente + barrinha de cereais com cacau	Quibe de carne recheado com ricota + batata doce
	Sem leite	Mini esfiha de frango + brócolis	Pão na chapa com manteiga vegana, tomate e orégano + milho cozido	Chipa fake + muffin de banana e canela massa vegana	Pão integral com ovo mexido + barrinha de cereais com cacau	Quibe de carne recheado com legumes + batata doce
	Vegetariano	Mini esfiha de queijo + brócolis	Tostex de queijo, tomate e orégano + milho cozido	Chipa + muffin de banana e canela	Pão integral com queijo quente + barrinha de cereais com cacau	Quibe de quinoa com ricota + batata doce
	Todos	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	Todos	Suco de pêssego	Suco de frutas vermelhas	Suco de melancia com maracujá	Suco de goiaba	Suco de manga com cenoura

Cardápio sujeito a alteração de acordo com a disponibilidade e maturação dos alimentos.



CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - Mês Fevereiro de 2026

Adriana Marques Fontoura Barbosa - Nutricionista
CRN-3 21474

		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª semana		16/fev	17/fev	18/fev	19/fev	20/fev
Lanche da manhã	Sem restrições	EMENDA DE CARNAVAL	CARNAVAL	QUARTA-FEIRA DE CINZAS	Sanduíche natural no mini pão francês de frango com requeijão + cookie de laranja	Mini esfiha de carne + iogurte cremoso com frutas e granola
	Sem ovo				Sanduíche natural no mini pão francês de frango com requeijão + cookie de laranja massa vegana	Mini esfiha de carne + iogurte cremoso com frutas e granola
	Sem leite				Sanduíche natural no mini pão caseiro de frango + cookie de laranja massa vegana	Mini esfiha de carne + iogurte cremoso com frutas e granola
	Vegetariano				Sanduíche natural no mini pão francês com legumes e requeijão + cookie de laranja	Mini esfiha de queijo + iogurte cremoso com frutas e granola
	Todos				Fruta da estação	Fruta da estação
	Todos				Suco de uva	Suco de laranja com cenoura
Almoço	Todos	EMENDA DE CARNAVAL	CARNAVAL	QUARTA-FEIRA DE CINZAS	Mix de folhas, repolho e quinoa com manga	Mix de folhas, pepino e cenoura ralada
	Todos				Arroz integral/ Feijão carioca	Arroz integral/ Feijão carioca
	Sem restrições				Almôndegas de frango ao sugo	Picadinho de carne
	Sem ovo				Almôndegas de frango ao sugo	Picadinho de carne
	Sem leite				Almôndegas de frango ao sugo	Picadinho de carne
	Vegetariano				Almôndegas de lentilha ao sugo	Picadinho de legumes
	Opção				Ovo mexido	Ovo "frito"
	Sem restrições				Mix de legumes no vapor	Batata rústica
s/ ovo e leite	Mix de legumes no vapor	Batata rústica				
Fruta	Todos				Mousse de manga	Fruta da estação
Lanche da tarde	Sem restrições	EMENDA DE CARNAVAL	CARNAVAL	QUARTA-FEIRA DE CINZAS	Enroladinho de frango + banana com aveia	Bolinho salgado de queijo + bolo de cacau
	Sem ovo				Enroladinho de frango + banana com aveia	Bolinho salgado de queijo + bolo de cacau massa vegana
	Sem leite				Enroladinho de frango + banana com aveia	Bolinho salgado de frango + bolo de cacau massa vegana
	Vegetariano				Enroladinho de legumes + banana com aveia	Bolinho salgado de queijo + bolo de cacau
	Todos				Fruta da estação	Fruta da estação
	Todos				Suco de abacaxi com hortelã	Suco de melancia

Cardápio sujeito a alteração de acordo com a disponibilidade e maturação dos alimentos.



CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - Mês Fevereiro de 2026

Adriana Marques Fontoura Barbosa - Nutricionista
CRN-3 21474

		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª semana		23/fev	24/fev	25/fev	26/fev	27/fev
Lanche da manhã	Sem restrições	Mini pão francês com queijo minas + palito de cenoura	Pão caseiro de milho com homus + dadinho de cereais	Tapioca com queijo muçarela + palito de pepino	Pão de queijo + bolo de limão	Tostex de queijo, tomate e orégano + batata doce em cubos
	Sem ovo	Mini pão francês com queijo minas + palito de cenoura	Pão caseiro de milho com homus + dadinho de cereais	Tapioca com queijo muçarela + palito de pepino	Pão de queijo fake + bolo de limão massa vegana	Tostex de queijo, tomate e orégano + batata doce em cubos
	Sem leite	Mini pão integral com ovo mexido + palito de cenoura	Pão caseiro de milho com homus + dadinho de cereais	Tapioca com ovo mexido + palito de pepino	Pão de queijo fake + bolo de limão massa vegana	Pão na chapa com manteiga vegana, tomate e orégano + batata doce em cubos
	Vegetariano	Mini pão francês com queijo minas + palito de cenoura	Pão caseiro de milho com homus + dadinho de cereais	Tapioca com queijo muçarela + palito de pepino	Pão de queijo + bolo de limão	Tostex de queijo, tomate e orégano + batata doce em cubos
	Todos	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	Todos	Suco de laranja	Suco de frutas vermelhas com limão	Suco de laranja com abacaxi	Suco de manga	Suco de melão
Almoço	Todos	Mix de folhas, beterraba ralada e repolho roxo com salsa	Mix de folhas, pepino e tomate cereja	Mix de folha, tomate e beterraba cozida	Mix de folhas, pepino e shimeji no azeite	Mix de folhas, tomate grape e agrião com morango
	Todos	Arroz integral/ Feijão carioca Macarrão ao molho sugo	Arroz integral/ Feijão carioca	Arroz integral/ Feijão carioca	Arroz integral/ Feijão carioca	Arroz integral/ Feijão preto
	Sem restrições	Carne moída refogada	Strogonoff de frango com inhame	Carne assada ao molho	Bolinho de tilápia assada	Hambúrguer de forno
	Sem ovo	Carne moída refogada	Strogonoff de frango com inhame	Carne assada ao molho	Bolinho de tilápia assada	Hambúrguer de forno
	Sem leite	Carne moída refogada	Strogonoff de frango com inhame	Carne assada ao molho	Bolinho de tilápia assada	Hambúrguer de forno
	Vegetariano	Proteína de soja refogada	Strogonoff de legumes com inhame	Quibe de trigo de assadeira com recheio de ricota e espinafre	Bolinho de legumes assado ao molho de iogurte	Hambúrguer de grão de bico com queijo
	Opção	Ovo mexido	Ovo "frito"	Omelete	Ovo mexido	Ovo mexido
	Sem restrições s/ ovo e leite	Brócolis refogado	Batata corada	Farofa de cenoura	Couve flor gratinado	Ervilha e cenoura no azeite
Fruta	Todos	Mousse de cacau vegano	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	
Lanche da tarde	Sem restrições	Pão de espinafre com recheio de frango + tomate cereja	Pastel assado de carne + cubinhos de mandioquinha	Calzone napolitano + iogurte cremoso com morango e granola	Mini esfiha de frango + palito de pepino	Mini bolinha de carne assada + muffin de cenoura
	Sem ovo	Pão de espinafre com recheio de frango + tomate cereja	Pastel assado de carne + cubinhos de mandioquinha	Calzone napolitano + iogurte cremoso com morango e granola	Mini esfiha de frango + palito de pepino	Mini bolinha de carne assada + muffin de cenoura massa vegana
	Sem leite	Pão de espinafre com recheio de frango + tomate cereja	Pastel assado de carne + cubinhos de mandioquinha	Calzone de frango + iogurte vegano cremoso com morango e granola	Mini esfiha de frango + palito de pepino	Mini bolinha de carne assada + muffin de cenoura massa vegana
	Vegetariano	Pão de espinafre com recheio de queijo + tomate cereja	Pastel assado de queijo + cubinhos de mandioquinha	Calzone napolitano + iogurte cremoso com morango e granola	Mini esfiha de legumes + palito de pepino	Falafel + muffin de cenoura
	Todos	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	Todos	Suco de goiaba, laranja e abacaxi	Suco de melancia	Suco de maçã com limão	Suco de mamão com laranja	Suco de melão, limão e hortelã

Cardápio sujeito a alteração de acordo com a disponibilidade e maturação dos alimentos.