

CARDÁPIO MEPES

SEMANA 01 E 02 (GRUPO A/ B)

REFEIÇÃO	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Pão de batata com requeijão Leite com cacau 100%	Pão de sal com patê de frango e cenoura Suco de polpa de goiaba com leite	Bolo de chocolate Leite com café	Omelete com legumes Suco de polpa de acerola	logurte com frutas (banana, mamão e maçã)
ALMOÇO	Salada de beterraba e chuchu cozidos Carne moída refogada Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Suco de polpa de abacaxi	Abóbora refogada com cheiro verde Isca de carne suína acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de acelga c/ pepino Farofa de cebola Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de caju	Cenoura ralada Carne bovina ensopada com aipim Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana	Salada de alface com tomate Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Abacaxi
LANCHE DA TARDE	Rosquinha doce de coco Vitamina de banana com aveia	Quibe de forno recheado (carne moída, trigoilho, hortelã, cenoura e requeijão) Suco de polpa de abacaxi	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó e aveia	Pão de milho com manteiga Leite com café	Bolo simples Suco de polpa de manga
JANTAR	Inhame cozido com cheiro verde Frango picadinho ao molho de tomate Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	Sopa de legumes com frango (frango desfiado, macarrão, inhame, cenoura e couve) Sobremesa: Suco de polpa de manga	Batata doce sauté Carne suína acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Couve refogada Frango (filé de coxa) dourado na cebola Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de goiaba	Salada de alface com cenoura Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, salsa, cebolinha verde, cebola e alho) Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia

CARDÁPIO MEPES

SEMANA 03 E 04 (GRUPO A/ B)

REFEIÇÃO	16/02/2026 (RECESSO)	17/02/2026 (FERIADO)	18/02/2026 (RECESSO)	19/02/2026	20/02/2026
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Pão de sal com manteiga Leite com café	Sanduíche natural (pão de forma, frango, requeijão, milho e cenoura) suco de polpa de manga	Pão de milho com queijo muçarela Leite com café	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	Banana da terra cozida Leite com café
ALMOÇO	Mix de repolho cru com cenoura Carne moída refogada Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	Salada de abobrinha cozida com cheiro verde Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de abacaxi	Salada de cenoura e chuchu cozidos Carne suína ao molho de tomate Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de acelga com beterraba ralada Frango ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: Suco de polpa de manga	Salada de alface com cenoura Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, salsa, cebolinha verde, cebola e alho) Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia
LANCHE DA TARDE	Sanduíche natural (pão de forma, frango, requeijão, milho e cenoura) Suco de polpa de manga	Pão de hot dog com carne moída Suco de polpa de goiaba	iogurte com frutas (banana, mamão e maçã)	Bolo mesclado Leite com café	Torta de liquidificador de frango (recheio de frango e cenoura) Suco de polpa de abacaxi
JANTAR	Abóbora cozida com cheiro verde Ovo cozido Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de acerola	Repolho refogado Carne suína ao molho de tomate Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de alface com tomate Inhame ensopado Frango (filé de coxa) ensopado Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de goiaba	Sopa de legumes com carne em cubos (carne bovina em cubos, macarrão, batata inglesa, chuchu e cenoura) Sobremesa: Banana prata	Caldo de aipim com frango desfiado, cenoura e cheiro verde Sobremesa: Abacaxi