

CARDÁPIO MEPES

SEMANA 01 E 02 (GRUPO A/ B)

REFEIÇÃO	01/12/2025	02/12/2025	03/12/2025	04/12/2025 (FERIADO)	05/12/2025 (RECESSO)
	08/12/2025	09/12/2025	10/12/2025	11/12/2025	12/12/2025
CAFÉ DA MANHÃ	Pão de batata com requeijão Leite com café	Pão de sal com manteiga leite com café	Pão de sal com patê de frango e cenoura Leite com Café	Banana da terra cozida Leite queimado	logurte com frutas (banana, mamão e maçã)
ALMOÇO	Duo de legumes cozidos (chuchu, betetraba) Polenta Carne moída ao molho de tomate Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	Abobrinha refogada com cenoura Purê de batata inglesa Carne suína acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Duo de repolhos Frango (filé de coxa) ensopado Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: Suco de polpa de caju	Salada de alface com tomate Moqueca de peixe Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana	Salada de acelga e cenoura ralada com cheiro verde Isca de frango grelhado Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de manga
LANCHE DA TARDE	Biscoito maisena Leite batido com banana e cacau	Torta de liquidificador de frango com cenoura (frango desfiado e cenoura) Suco de polpa de caju	Pão de Batata com manteiga Leite com cacau	Pão de batata com manteiga Leite com café	Pão de sal com ovos mexidos Suco de polpa de abacaxi
JANTAR	Creme de aipim Peito de frango ensopado Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Abóbora cozida com cheiro verde Omelete de forno Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de acerola	Couve refogada Batata sauté com cheiro verde Carne moída refogada Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Acelga refogada com beterraba Frango (filé de coxa) dourado na cebola Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de caju	Salada de alface com tomate Moqueca de peixe Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana

CARDÁPIO MEPES

SEMANA 03(GRUPO A/ B)

REFEIÇÃO	15/12/2025	16/12/2025 FESTIVO	17/12/2025 FESTIVO	18/12/2025	19/12/2025 FESTIVO
CAFÉ DA MANHÃ	Biscoito rosca de coco Leite batido com polpa de goiaba	Pão de sal com ovo mexido Leite com café	Banana da terra cozida Leite com cacau 100%	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó e aveia	Pão de sal com manteiga Leite com café
ALMOÇO	Salada de cenoura com beterraba Polenta Carne moída ao molho de tomate Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	Abobrinha refogada Farofa de beterraba Isca de carne suína assada com abacaxi Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de manga	Salada de alface e tomate Salpicão escolar (frango desfiado, cenoura ralada, milho, requeijão e cheiro verde) Arroz branco Feijão Sobremesa: Sacolé de frutas	Couve refogada Carne bovina ensopada com aipim Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de goiaba	Salada de acelga e tomate Salada russa (batata, cenoura, milho, uva passa e cheiro verde) Filé de coxa assada desfiada Arroz branco Feijão Sobremesa: Surpresa de abacaxi com coco
LANCHE DA TARDE	Pão de batata com queijo muçarela Suco de polpa de manga	Torta de liquidificador de frango com cenoura (frango desfiado e cenoura) Suco de polpa de goiaba	Bolo prestigio (cacau e coco ralado) Suco de polpa de abacaxi	Pão de hot dog com carne moída Suco de polpa de caju	logurte com frutas (banana, mamão e maçã)
JANTAR	Salada de tomate em cubinhos Omelete de forno com abobrinha Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de acerola	Duo de legumes cozidos (chuchu, beterraba) Polenta Carne moída ao molho de tomate Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	Canjiquinha com legumes (cenoura, chuchu e tomate) Carne suína desfiada Feijão Sobremesa: Maçã	Salada crua de repolho branco e roxo Isca de frango acebolado Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de manga	Salada de alface com tomate Beterraba cozida sobrecoca de Frango assada Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana