

HORTO CENTRAL MARATAÍZES

MERENDA ESCOLAR					
CARDÁPIO FUNDAMENTAL INTEGRAL - SÃO JOSÉ DO CALÇADO					
SEMANA 01					
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	04/05/2026	05/05/2026	06/05/2026	07/05/2026	08/05/2026
DESJEJUM	Pão de batata com manteiga Leite com cacau 100%	Pão de hot dog com queijo muçarela Leite c/ passas	Pão de batata com manteiga Leite com cacau 100%	Banana da terra cozida Suco de polpa de manga	Trio de frutas (banana, mamão e maçã) com leite em pó
ALMOÇO	Salada de beterraba e chuchu cozidos Carne moída refogada Macarrão ao sugo Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Purê de abóbora Isca de carne suína acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de alface com tomate Polenta Frango (filé de coxa) ensopado Arroz branco Feijão Sobremesa: Mamão	Cozido escolar (carne em cubos, couve, abóbora, batata doce, cenoura, milho, banana da terra) Arroz branco Feijão Sobremesa: Melão	Salada de tomate picado Batata sauté Strogonoff nutritivo de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana
LANCHE	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de acerola	Pão hot dog com frango e cenoura Suco de polpa de abacaxi	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó e aveia	Pão hot dog com molho de carne moída Suco de polpa de manga	Biscoito de polvilho Leite batido com polpa de goiaba

HORTO CENTRAL MARATAÍZES

MERENDA ESCOLAR					
CARDÁPIO FUNDAMENTAL INTEGRAL - SÃO JOSÉ DO CALÇADO					
SEMANA 02					
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	11/05/2026	12/05/2026	13/05/2026	14/05/2026	15/05/2026
DESJEJUM	Pão de batata com manteiga Leite batido com polpa de goiaba	Biscoito de polvilho Leite com cacau	Trio de frutas (banana, maçã e mamão) com leite em pó e aveia	Banana da terra cozida Suco de polpa de manga	Pão de batata com queijo mularela Leite com passas
ALMOÇO	Salada pepino com tomate picadinho Polenta Carne moída refogada Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de abobrinha refogada Frango (filé de coxa) ensopado com batata Arroz branco Feijão Sobremesa: Melão	Duo de legumes cozidos (chuchu e cenoura) Carne bovina ensopada Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de alface e beterraba ralada Isca de frango acebolada Macarrão ao sugo Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	Couve refogada Purê de inhame Carne suína desfiada ao molho Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana
LANCHE	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de acerola	Pão de hot dog com carne moída Suco de polpa de caju	Aipim cozido Suco de polpa de goiaba	Trio de frutas (banana, maçã e mamão) com leite em pó e aveia	Pão de hot dog com molho de frango desfiado e suco de polpa de goiaba

HORTO CENTRAL MARATAÍZES

MERENDA ESCOLAR					
CARDÁPIO FUNDAMENTAL INTEGRAL - SÃO JOSÉ DO CALÇADO					
SEMANA 03					
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	18/05/2026	19/05/2026	20/05/2026	21/05/2026	22/05/2026
DESJEJUM	Pão de batata com manteiga Leite com cacau 100%	Pão de batata com manteiga Leite quente	Duo de frutas (banana e mamão) com leite em pó e aveia	Pão de batata com queijo muçarela Leite com passas	Aipim cozido Leite com cacau 100%
ALMOÇO	Salada cozida de chuchu e beterraba Carne moída ao sugo Macarrão ao alho e óleo Arroz branco Feijão Sobremesa: Mamão	Salada de pepino com tomate Feijão tropeiro (feijão, carne suína, couve, ovo, banana e farinha de mandioca) Arroz branco Sobremesa: Melancia	Salada de acelga com cenoura ralada Purê de batata Frango (filé de coxa) dourado Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Abóbora refogada Carne bovina desfiada ensopada Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana	Salada de alface com tomate Batata sauté Strogonoff nutritivo de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja
LANCHE	Biscoito de polvilho Suco de polpa de manga	Pão com molho de carne moída Suco de polpa de acerola	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de manga	Pão hot dog com ovo mexido Suco de polpa de abacaxi	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó e aveia

HORTO CENTRAL MARATAÍZES

MERENDA ESCOLAR					
CARDÁPIO FUNDAMENTAL INTEGRAL - SÃO JOSÉ DO CALÇADO					
SEMANA 04					
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	25/05/2026	26/05/2026	27/05/2026	28/05/2026	29/05/2026
DESJEJUM	Pão de batata com ovos mexidos Suco de polpa de manga	Banana da terra cozida Leite morno	Pão de batata com queijo muçarela Leite com cacau 100%	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	FERIADO
ALMOÇO	Repolho refogado com cenoura Carne moída refogada Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de abobrinha cozida com cheiro verde Frango (filé de coxa) ensopado com batata doce Arroz branco Feijão Sobremesa: Melão	Canjiquinha com tomate Carne suína desfiada acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de acelga com beterraba ralada Frango ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana	
LANCHE	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de goiaba	Sanduíche natural (pão de forma, frango, milho e cenoura) Suco de polpa de manga	Biscoito de polvilho Polpa de goiaba batida com leite	Mingau de aveia c/ banana	