

HORTO CENTRAL MARATAÍZES

MERENDA ESCOLAR					
CARDÁPIO CEMEI INTEGRAL - SÃO JOSÉ DO CALÇADO					
SEMANA 01					
REFEIÇÃO	SEGUNDA 04/05/2026	TERÇA 05/05/2026	QUARTA 06/05/2026	QUINTA 07/05/2026	SEXTA 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
LANCHE	Melão	Mamão	Banana	Maçã	Melancia
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
ALMOÇO BERÇÁRIO (06 A 12 MESES)	Salada de beterraba e chuchu cozidos Carne moída refogada Macarrão ao sugo Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melancia picada	Purê de abóbora Isca de carne suína acebolada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Maçã raspada	Abobrinha refogada Polenta Frango (filé de coxa) ensopado e desfiado Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Mamão picado	Batata doce e cenoura cozidas Carne bovina desfiada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melão picado	Salada de tomate picado Batata sauté Strogonoff nutritivo de frango Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Banana amassada
LANCHE	Maçã	Melancia	Mamão	Banana	Abacaxi
JANTAR	Sopa de legumes com frango (frango desfiado, macarrão, batata, cenoura e couve) Sobremesa: Mamão	Caldo de aipim (aipim, couve refogada, carne em cubos desfiada) Feijão batido Sobremesa: Melão	Canjiquinha com, chuchu e tomate) Carne suína desfiada Sobremesa: Melancia	Canja com frango desfiado (arroz branco, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde) Sobremesa: Laranja	Sopa de legumes com carne (carne moída, macarrão, batata, cenoura e couve) Sobremesa: Maçã

HORTO CENTRAL MARATAÍZES

MERENDA ESCOLAR					
CARDÁPIO CEMEI 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 100%	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
LANCHE	Melancia	Maçã	Melão	Mamão	Laranja
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
ALMOÇO BERCÁRIO (6 A 12 MESES)	Tomate picadinho Polenta Carne moída refogada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de abobrinha refogada Frango (filé de coxa) ensopado desfiado com batata Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melão picado	Duo de legumes cozidos (chuchu e cenoura) Carne bovina ensopada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melancia picada	Salada de beterraba cozida Isca de frango acebolada Macarrão ao sugo Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Laranja descascada	Purê de inhame Carne suína desfiada com cenoura Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Banana amassada
LANCHE	Melão	Laranja	Banana	Melancia	Maçã
JANTAR	Creme de abóbora com frango (peito de frango desfiado, abóbora, cheiro verde) Sobremesa: Maçã	Sopa de legumes e carne moída (carne moída, batata, cenoura, chuchu, macarrão e cheiro verde) Sobremesa: Maçã	Creme de legumes com frango (filé de coxa desfiado, batata inglesa, cenoura e chuchu liquidificados) Sobremesa: Melancia	Canjiquinha com Carne suína desfiada, molho de tomate e cheiro verde Sobremesa: Banana	Sopa de batata com peito de frango desfiado, cenoura em cuzinhos, tomate e cheiro verde. Sobremesa: Banana

HORTO CENTRAL MARATAÍZES

MERENDA ESCOLAR					
CARDÁPIO CEMEI 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%
LANCHE	Melão	Mamão	Banana	Laranja	Melancia
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
ALMOÇO BERÇARIO (6 A 12 MESES)	Salada cozida de chuchu e beterraba Carne moída ao sugo Macarrão ao alho e óleo Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Mamão picado	Repolho refogado Carne suína desfiada com abóbora Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melancia picada	Salada de cenoura cozida Purê de batata Frango (filé de coxa) dourado desfiado Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Maçã	Abóbora refogada Carne ensopada desfiada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Banana	Salada de tomate picadinho Batata sauté Strogonoff nutritivo de frango Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Laranja descascada
LANCHE	Maçã	Melancia	Mamão	Melão	Banana
JANTAR	Canja de frango (arroz, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde) Sobremesa: Melancia	Sopa de legumes c/ carne moída (carne moída, macarrão, batata inglesa, chuchu e cenoura) Sobremesa: Mamão	Caldo de aipim com carne suína (carne suína, aipim, couve e cheiro verde) Sobremesa: Banana	Caldo verde (batata, cenoura, couve e frango) Sobremesa: Maçã	Canjiquinha com carne bovina moída, toamte e cheiro verde. Sobremesa: Laranja

HORTO CENTRAL MARATAÍZES

MERENDA ESCOLAR					
CARDÁPIO CEMEI 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
LANCHE	Melão	Melancia	Banana	Laranja	
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	
ALMOÇO BERÇARIO (6 A 12 MESES)	Salada cozida de chuchu com cenoura Carne moída refogada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Maçã raspada	Salada de abobrinha refogada com cheiro verde e tomate Frango (filé de coxa) ensopado desfiado com batata doce Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melão picado	Canjiquinha com tomate Carne suína desfiada acebolada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melancia picada	Salada de beterraba cozida Frango ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Banana	
LANCHE	Laranja	Mamão	Melão	Melancia	
JANTAR	Sopa de legumes c/ carne moída (carne moída, macarrão, batata inglesa, chuchu e cenoura) Sobremesa: Maçã	Canjiquinha com carne suína picadinha e legumes (batata inglesa, cenoura e tomate) Sobremesa: Melão	Caldo de batata com frango e couve (filé de coxa desfiado, batata e couve) Sobremesa: Melancia	Sopa de macarrão com legumes e carne moída (carne moída, macarrão, batata inglesa, chuchu e cenoura) Sobremesa: Maçã	