

HORTO CENTRAL MARATAÍZES

MERENDA ESCOLAR					
CARDÁPIO CEMEI INTEGRAL - SÃO JOSÉ DO CALÇADO					
SEMANA 01					
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	01/06/2026	02/06/2026	03/06/2026	04/06/2026	05/06/2026
DESJEJUM	Biscoito de polvilho Leite com cacau 100%	Pão de batata com manteiga Leite quente	Salada de frutas (Banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	FERIADO	RECESSO
LANCHE	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)		
ALMOÇO	Polenta Carne suína ensopada com abóbora Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Repolho refogado com cenoura Farofa de cebola Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Mamão	Salada de alface com tomate Carne ensopada com aipim Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana		
ALMOÇO BERÇÁRIO (06 A 12 MESES)	Polenta Carne suína ensopada com abóbora Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Maçã raspada	Repolho refogado com cenoura Frango (filé de coxa) assado desfiado Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Mamão picado	Salada de alface com tomate Carne ensopada com aipim Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Banana amassada		
LANCHE	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)		
JANTAR	Caldo de aipim com carne bovina (carne bovina desfiada, aipim, couve e cheiro verde) Sobremesa: Melancia	Canjiquinha com carne suína, cenoura ralada e tomate. Sobremesa: Banana	Canja com frango desfiado (arroz branco, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde) Sobremesa: Laranja		

HORTO CENTRAL MARATAÍZES

MERENDA ESCOLAR					
CARDÁPIO CEMEI INTEGRAL - SÃO JOSÉ DO CALÇADO					
SEMANA 02					
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	08/06/2026	09/06/2026	10/06/2026	11/06/2026	12/06/2026
DESJEJUM	Pão de batata com manteiga Leite com cacau 100%	Pão com ovos mexidos Leite morno	Trio de frutas (Banana, Maçã e Mamão) com leite em pó	Bolo de laranja com uva passa Leite quente	Banana da terra cozida Leite com cacau 100%
LANCHE	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)
ALMOÇO	Duo de legumes (chuchu e cenoura) Isca de frango acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Abobrinha com cheiro verde Picadinho de carne com aipim Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	Trio de legumes (cenoura, chuchu e beterraba) Frango (filé de coxa) assado Macarrão ao alho e óleo Arroz branco Feijão Sobremesa: Melão	Purê de inhame Isca de carne suína ao molho vermelho Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Repolho refogado Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana
ALMOÇO BERCÁRIO (6 A 12 MESES)	Duo de legumes (chuchu e cenoura) Isca de frango acebolada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melancia picada	Abobrinha com cheiro verde Picadinho de carne com aipim Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Laranja	Trio de legumes (cenoura, chuchu e beterraba) Frango (filé de coxa) assado Macarrão ao alho e óleo Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melão picado	Purê de inhame Isca de carne suína ao molho vermelho Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Maçã raspada	Repolho refogado Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Banana amassada
LANCHE	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)
JANTAR	Canjiquinha com legumes (chuchu e cenoura) Carne suína desfiada Feijão batido Sobremesa: Laranja	Sopa de legumes c/ carne moída (carne moída, macarrão, batata inglesa, chuchu e cenoura) Sobremesa: Maçã	Creme de abóbora com frango (peito de frango desfiado, abóbora, cheiro verde) Sobremesa: Melancia	Caldo de aipim (aipim, couve refogada, carne em cubos desfiada) Feijão batido Sobremesa: Banana prata	Canja com frango desfiado (arroz branco, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde) Sobremesa: Melão

HORTO CENTRAL MARATAÍZES

MERENDA ESCOLAR

CARDÁPIO CEMEI INTEGRAL - SÃO JOSÉ DO CALÇADO

SEMANA 03

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	15/06/2026	16/06/2026	17/06/2026	18/06/2026	19/06/2026
DESJEJUM	Biscoito de polvilho Manga ao leite	Pão de batata com queijo muçarela Leite com cacau 100%	Bolo de chocolate (banana e cacau 100%) Leite quente	Banana da terra cozida Leite com canela	Mingau de aveia
LANCHE	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)
ALMOÇO	Repolho refogado Frango em cubinhos refogado com abóbora Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Abobrinha com cenoura refogados Carne moída ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de beterraba cozida Batata doce saute Isca de carne suína acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	Repolho refogado Polenta Carne bovina ensopada Arroz branco Feijão Sobremesa: Mamão	Tomate em cubinhos Abóbora com cheiro verde Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana
ALMOÇO BERÇARIO (6 A 12 MESES)	Repolho refogado Frango em cubinhos refogado com abóbora Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Maçã raspada	Abobrinha com cenoura refogados Carne moída ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melancia picada	Salada de beterraba cozida Batata doce saute Isca de carne suína acebolada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Laranja	Repolho refogado Polenta Carne bovina ensopada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Mamão picado	Tomate em cubinhos Abóbora com cheiro verde Frango (filé de coxa) assado Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Banana amassada
LANCHE	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)
JANTAR	Caldo de batata doce (batata doce, couve refogada, carne em cubos desfiada e cheiro verde) Feijão batido Sobremesa: Laranja	Sopa de legumes com frango (filé de coxa desfiado, macarrão, inhame, beterraba e chuchu) Sobremesa: Maçã	Canjiquinha com carne bovina em desfiada, cenoura ralada, tomate e cheiro verde. Sobremesa: Banana	Canja de frango (arroz, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde) Sobremesa: Melancia	Sopa de ervilha com carne bovina desfiada Sobremesa: Melão

HORTO CENTRAL MARATAÍZES

MERENDA ESCOLAR					
CARDÁPIO CEMEI INTEGRAL - SÃO JOSÉ DO CALÇADO					
SEMANA 04					
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	22/06/2026	23/06/2026	24/06/2026	25/06/2026	26/06/2026
DESJEJUM	Pão de batata com manteiga Leite quente	Banana da terra cozida Leite com cacau 100%	Biscoito de polvilho Vitamina de banana	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	Bolo de fubá com uva passa Leite com cacau 100%
LANCHE	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)
ALMOÇO	Salada de cenoura e repolho refogados Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho de tomate Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Purê de abóbora com batata inglesa Isca de frango acebolado Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	Vinagrete (cebola, tomate e pimentão) Carne suína com aipim Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de beterraba e chuchu Frango (filé de coxa) ao molho vermelho Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana	Abobrinha refogada Peixe ao molho de tomate com batata Arroz branco Feijão Sobremesa: Mamão
ALMOÇO BERÇARIO (6 A 12 MESES)	Salada de cenoura e repolho refogados Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho de tomate Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Maçã raspada	Purê de abóbora com batata inglesa Isca de frango acebolado Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Laranja	Tomate em cubinhos Carne suína com aipim Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melancia picada	Salada de beterraba e chuchu Frango (filé de coxa) ao molho vermelho Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Banana amassada	Abobrinha refogada Peixe ao molho de tomate com batata Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Mamão picado
LANCHE	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)
JANTAR	Sopa de legumes c/ carne moída (carne moída, macarrão, batata inglesa, chuchu e cenoura) Sobremesa: Abacaxi	Canja de frango (arroz, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde) Sobremesa: Maçã	Sopa de macarrão com carne bovina (carne em cubos, macarrão, batata inglesa, cenoura e cheiro verde) Sobremesa: Laranja	Caldo verde (batata, cenoura, couve e frango) Sobremesa: Banana	Creme de abóbora com carne suína (carne suína desfiada, abóbora, cheiro verde) Sobremesa: Melancia

HORTO CENTRAL MARATAÍZES

MERENDA ESCOLAR					
CARDÁPIO CEMEI INTEGRAL - SÃO JOSÉ DO CALÇADO					
SEMANA 05					
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	29/06/2026	30/06/2026			
DESJEJUM	Biscoito de polvilho Leite com polpa de goiaba	Pão de batata com manteiga Leite com canela			
LANCHE	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)			
ALMOÇO	Trio de legumes (cenoura, chuchu e milho) Isca de frango acebolada Macarrão ao sugo Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	Salada de beterraba cozida Carne moída com cenoura Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia			
ALMOÇO BERÇARIO (6 A 12 MESES)	Trio de legumes (cenoura, chuchu e milho) Isca de frango acebolada Macarrão ao sugo Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Laranja	Salada de beterraba cozida Carne moída com cenoura Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melancia picada			
LANCHE	Mamadeira (leite + fruta e aveia)	Mamadeira (leite + fruta e aveia)			
JANTAR	Canjiquinha com carne suína picadinha e legumes (batata inglesa, cenoura e tomate) Sobremesa: Melancia	Sopa de legumes c/ frango (peito de frango, macarrão, batata inglesa, chuchu e cenoura) Sobremesa: Abacaxi			