

# HORTO CENTRAL MARATAÍZES

## MERENDA ESCOLAR

### CARDÁPIO CEMEI INTEGRAL - SÃO JOSÉ DO CALÇADO

#### SEMANA 01

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
<b>DESJEJUM</b>	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de manga	Biscoito de polvilho Suco de polpa de goiaba com leite	Bolo de cacau 100% (c/ banana) Suco de polpa de abacaxi	Banana da terra cozida Leite com cacau 100%	Trio de frutas (banana, mamão e maçã) com leite em pó
<b>LANCHE</b>	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)
<b>ALMOÇO</b>	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 acelga com pepino Farofa de cebola Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Mamão	Cenoura ralada Carne bovina ensopada com aipim Arroz branco Feijão Sobremesa: Melão	Salada de alface com tomate Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana
<b>ALMOÇO BERÇÁRIO (06 A 12 MESES)</b>	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	Salada de tomate picadinho Frango (filé de coxa) desfiado Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Mamão picado	Cenoura cozida Carne bovina ensopada com aipim Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melão picado	Batata sauté Frango picadinho ao molho de tomate Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Banana amassada
<b>LANCHE</b>	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)
<b>JANTAR</b>	Sopa de legumes com frango (frango desfiado, macarrão, inhame, cenoura e couve) Sobremesa: Laranja	<b>Sopa de macarrão</b> com carne bovina em cubos (ervilha seca, carne bovina) Sobremesa: Melão	Pão com molho de carne bovina moída e Suco de Polpa de fruta sem açúcar Sobremesa: Banana	Canja com frango desfiado (arroz branco, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde) Sobremesa: Melancia	Pão de hotdog com molho de frango desfiado e Suco de polpa de fruta sem açúcar Sobremesa: Abacaxi

# HORTO CENTRAL MARATAÍZES

MERENDA ESCOLAR					
CARDAPIO CEMEI INTEGRAL - SAO JOSE DO CALÇADO					
SEMANA 02					
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
<b>DESJEJUM</b>	Biscoito de polvilho Leite com cacau 100%	Bolo de fubá (com uva passa) Suco de polpa de abacaxi	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de caju	Pão com manteiga Suco de polpa de manga	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó
<b>LANCHE</b>	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)
<b>ALMOÇO</b>	Salada pepino com tomate picadinho Carne moída refogada Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	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 acelga e beterraba ralada Isca de frango acebolada Macarrão ao sugo Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Couve refogada Farofa simples Carne suína desfiada acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana
<b>ALMOÇO BERCÁRIO ( 6 A 12 MESES)</b>	Salada de tomate picadinho Carne moída refogada com cenoura Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Laranja picada	Abobrinha refogada Frango (filé de coxa) ensopado 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: Maçã raspada	Batata doce cozida com cheiro verde Carne suína desfiada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Banana amassada
<b>LANCHE</b>	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)
<b>JANTAR</b>	Sopa de macarrão com frango (peito de frango desfiado, cenoura, cheiro verde) Sobremesa: Maçã	Caldo de batata inglesa com carne (batata doce, couve refogada, carne em cubos desfiada e cheiro verde) Feijão batido Sobremesa: Melancia	Pão de hotdog com molho de frango desfiado e Suco de polpa de fruta sem açúcar Sobremesa: Laranja	Canjiquinha com Carne suína e tomate picadinho Sobremesa: Abacaxi	Pão com molho de carne bovina moída e Suco de Polpa de fruta sem açúcar Sobremesa: Mamão

# HORTO CENTRAL MARATAÍZES

MERENDA ESCOLAR					
CARDAPIO CEMEI INTEGRAL - SAO JOSE DO CALÇADO					
SEMANA 03					
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
DESJEJUM	RECESSO	FERIADO	RECESSO	Biscoito polvilho Chocobom (leite, banana, cacau 100% e aveia)	Duo de frutas (banana e mamão) com leite em pó e aveia
LANCHE				Mamadeira ( leite + fruta e aveia)	Mamadeira ( leite + fruta e aveia)
ALMOÇO				Salada cozida de chuchu e beterraba Carne moída refogada Macarrão ao alho e óleo Arroz branco Feijão Sobremesa: Abacaxi	Salada de tomate Batata sauté Strogonoff nutritivo de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã
ALMOÇO BERÇARIO (6 A 12 MESES)				Salada cozida de chuchu e beterraba Carne moída refogada Macarrão ao alho e óleo Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Abacaxi picado	Salada de tomate picadinho Batata sauté Strogonoff nutritivo de frango Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Maçã raspada
LANCHE				Mamadeira ( leite + fruta e aveia)	Mamadeira ( leite + fruta e aveia)
JANTAR				Caldo verde (batata, cenoura, couve e frango) Sobremesa: Melão	Pão de hotdog com molho de frango desfiado e Suco de polpa de fruta sem açúcar Sobremesa: Laranja

# HORTO CENTRAL MARATAÍZES

## MERENDA ESCOLAR CARDAPIO CEMEI INTEGRAL - SAO JOSE DO CALÇADO

### SEMANA 04

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
<b>DESJEJUM</b>	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de caju	Biscoito de polvilho Vitamina de banana c/ maçã e aveia (leite, banana prata, maçã e aveia)	Pão de milho com queijo muçarela Suco de polpa de manga	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	Banana da terra cozida Leite com cacau 100%
<b>LANCHE</b>	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)
<b>ALMOÇO</b>	Repolho refogado com cenoura Carne moída refogada Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de abobrinha cozida com cheiro verde Frango (filé de coxa) assado desfiado Arroz branco Feijão Sobremesa: Melão	Salada cozida de cenoura e chuchu Carne suína ao molho de tomate 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: Mamão	Salada de alface com cenoura Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, salsa, cebolinha verde, cebola e alho) Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja
<b>ALMOÇO BERÇARIO (6 A 12 MESES)</b>	Repolho refogado com cenoura Carne moída refogada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Maçã raspda	Salada de abobrinha cozida com cheiro verde Frango (filé de coxa) assado desfiado Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melão picado	Salada de cenoura e chuchu cozidos Carne suína ao molho de tomate Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melancia picada	Acelga refogada Frango ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Mamão picado	Beterraba cozida Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, salsa, cebolinha verde, cebola e alho) Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Laranja picada
<b>LANCHE</b>	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)
<b>JANTAR</b>	Creme de abórbora com carne bovina desfiada e cheiro verde (abóbora, carne bovina, cheiro verde) Sobremesa: Laranja	Canjiquinha com carne suína picadinha e legumes (batata inglesa, cenoura e tomate) Sobremesa: Maçã	Pão de hotdog com molho de frango desfiado e Suco de polpa de fruta sem açúcar Sobremesa: Melão	Sopa de ervilha com carne bovina em cubos (ervilha seca, carne bovina) Sobremesa: Banana	Pão com molho de carne bovina moída e Suco de Polpa de fruta sem açúcar Sobremesa: Abacaxi