

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 com ovos mexidos Suco de polpa de acerola	Biscoito polvilho Leite queimado	Bolo simples Leite com cacau	Pão de batata com queijo muçarela Leite queimado	logurte
ALMOÇO	Salada de beterraba e chuchu cozidos Carne moída refogada Macarrão ao sugo Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana	Purê de abóbora Isca de carne suína acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de alface com tomate Farofa de cebola Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de caju	Arroz carreteiro (carne bovina desfiada, cheiro verde, cenoura ralada, , banana da terra, milho, linguiça calabresa) Feijão Sobremesa: Laranja	Salada de alface com pepino Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana
LANCHE	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de acerola	Quibe de forno recheado (carne moída, trigoilho, hortelã, cenoura e requeijão) 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	Bolo de cenoura com calda de cacau Suco de polpa de caju

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	Rosquinha doce Leite batido com polpa de goiaba	Bolo de fubá Leite com cacau	Pão de batata com manteiga Leite queimado	Banana da terra cozida Suco de polpa de manga	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó
ALMOÇO	Salada pepino com tomate picadinho Polenta Carne moída refogada Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	Salada crua de mix de repolhos Frango (filé de coxa) ensopado com batata Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de goiaba	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: Suco de polpa de abacaxi	Couve refogada Farofa simples Feijoada escolar (feijão, carne suína, linguiça calabresa e cenoura) Arroz branco Sobremesa: Banana
LANCHE	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de acerola	Biscoito salgado Leite batido com polpa de manga	Trio de frutas (banana, maçã e mamão) com leite em pó e aveia	Pão de hot dog com carne moída Suco de polpa de caju	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 queijo muçarela Leite com cacau	Bolo mesclado Leite queimado	Duo de frutas (banana e mamão) com leite em pó e aveia	Biscoito salgado com manteiga Leite com cacau	Pão de batata com manteiga e Leite com cacau
ALMOÇO	Salada cozida de chuchu e beterraba Carne moída refogada Macarrão ao alho e óleo Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana	Salada de alface com tomate Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	Salada de acelga com cenoura ralada Purê de batata Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Couve refogada Isca de carne bovina com aipim Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de pepino com tomate Feijão tropeiro (feijão, carne suína, couve, ovo, banana e farinha de mandioca) Arroz branco Sobremesa: Abacaxi
LANCHE	Biscoito de maisena Suco de polpa de manga	Pão com molho de carne moída Suco de polpa de acerola	Pão com manteiga Suco de polpa de manga	Pizza de pão de forma (pão de forma, queijo, orégano e tomate) Suco de polpa de abacaxi	Bolo de cacau com calda de cacau Suco de polpa de goiaba

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	Biscoito maisena Leite queimado	Biscoito salgado com manteiga Leite com café	Pão de batata com queijo muçarela Leite com cacau	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	FERIADO
ALMOÇO	Mix de repolho cru com cenoura Carne moída refogada Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de abobrinha cozida com cheiro verde Frango (filé de coxa) assado com batata doce Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de manga	Couve refogada Farofa de banana Feijoada escolar (feijão, carne suína, linguiça calabresa e cenoura) Arroz branco Sobremesa: Banana	Salada de acelga com beterraba ralada Frango ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de abacaxi	
LANCHE	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de goiaba	Sanduíche natural (pão de forma, frango, requeijão, milho e cenoura) Suco de polpa de manga	Rosquinha doce Polpa de goiaba batida com leite	Bolo de laranja Suco de polpa de caju	