



CARDÁPIO DO MÊS ABRIL DE 2026

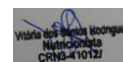


Almoço 11:30						Jantar 16:30
DIA	PRATO BASE	PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÃO	SALADA	SOBREMESA	SOPA
1	Arroz e feijão carioca	Estrogonofe de frango	Batatas assadas	Alface e tomate	Fruta	Macarrão, batata, abobrinha, acelga, caldo de feijão e frango
2	Macarrão ao sugo com almôndegas		Abobrinha refogada	Tomate	Fruta	Mandioquinha, chuchu, cenoura, acelga, caldo de feijão e frango
3	Feriado (Sexta-feira Santa)					
4	Sábado					
5	Domingo					
6	Arroz e feijão carioca	Ovos mexidos com ervilha	Cenoura cozida	Alface e tomate	Fruta	Mandioquinha, tomate, cenoura, acelga, caldo de feijão e frango
7	Arroz e feijão carioca	Torta de frango	Beterraba cozida	Acelga e pepino	Fruta	Arroz, cenoura, inhame, acelga, ervilha e carne
8	Arroz e feijão carioca	Quibe assado de carne	Couve-flor cozida	Alface e tomate	Fruta	Batata, abóbora, abobrinha, espinafre, ervilha e frango
9	Arroz e feijão preto	Frango à milanesa	Creme de espinafre	Repolho roxo e Pepino	Fruta	Batata inglesa, abóbora, chuchu, espinafre, ervilha e carne
10	Macarrão ao sugo com carne desfiada		Chuchu cozido	Alface e cenoura ralada	Fruta	Arroz, cenoura, inhame, acelga, ervilha e frango
11	Sábado					
12	Domingo					
13	Arroz e feijão carioca	Ovos mexidos com milho	Abobrinha refogada	Alface	Fruta	Macarrão, abóbora, inhame, repolho, lentilha e carne
14	Arroz e feijão carioca	Panqueca de carne moída com espinafre	Mandioquinha cozida	Acelga e tomate	Fruta	Mandioquinha, abóbora, abobrinha, brócolis, caldo de feijão e carne
15	Arroz e feijão carioca	Fricassê de frango	Couve refogada	Pepino e cenoura ralada	Fruta	Batata inglesa, abobrinha, cenoura, espinafre, lentilha e frango
16	Arroz e feijão carioca	Carne de panela	Polenta mole	Alface e beterraba ralada	Fruta	Macarrão, abobrinha, cenoura, espinafre, lentilha e frango
17	Macarrão ao alho e óleo	Sobrecoxa de frango assada	Salada de legumes com maionese	Repolho roxo	Fruta	Batata inglesa, abóbora, chuchu, espinafre, ervilha e carne
18	Sábado					
19	Domingo					
20	Recesso					
21	Feriado (Tiradentes)					
22	Arroz e feijão carioca	Omelete de forno à primavera	Abóbora cozida	Acelga e tomate	Fruta	Batata inglesa abóbora, chuchu, acelga, caldo de feijão e frango
23	Arroz e lentilha	Iscas de frango cozido	Beterraba cozida	Alface e pepino	Fruta	Batata doce, cenoura, chuchu, brócolis, feijão carioca e carne.
24	Macarrão à bolonhesa		Brócolis cozido	Acelga e beterraba ralada	Fruta	Batata inglesa, cenoura, abobrinha, acelga, feijão e frango
25	Sábado					
26	Domingo					
27	Arroz e feijão carioca	Ovos mexidos	Couve refogada	Tomate e cenoura ralada	Fruta	Macarrão, chuchu, mandioquinha, espinafre, feijão e carne
28	Arroz e feijão carioca	Sobrecoxa de frango assada	Batatas assadas	Repolho roxo e Pepino	Fruta	Batata inglesa, cenoura, abobrinha, repolho, feijão e frango
29	Arroz	Feijoadinho (músculo e paio*)	Farofa de cenoura*	Alface e tomate	Fruta	Mandioquinha, abóbora, abobrinha, acelga, caldo de feijão e carne.
30	Arroz e feijão carioca	Iscas de carne cozida com inhame	Abóbora cozida	Acelga e tomate	Fruta	Batata inglesa, cenoura, abobrinha, repolho, feijão e frango

Orientações e informações importantes sobre a rotina da alimentação: Hidratação ao longo do dia

A consistência do almoço e jantar varia de criança para criança e de acordo com o desenvolvimento individual. De uma maneira geral a **PAPA SALGADA** é feita com os ingredientes amassados e consistentes (5 à 9 meses), e a **SOPA** é feita de pedaços pequenos (9 à 12 meses) e a partir de 1 ano e 3 meses alimentação na consistência normal. **PAPA DE FRUTA** no caso de frutas com muita água é cortado moído, de acordo com o desenvolvimento da criança. Cardápio sujeito à alterações, sem aviso prévio.

Nutricionista: Vitoria Rodrigues



*ALÉRGICOS: contêm leite e derivados, trigo, ovos e glúten.

