

CARDÁPIO 2025 | BARIGUI

INTEGRAL

SEMANA 1

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	 COMIDA	• pão francês com patê de queijo • frutas	• cereal com iogurte • frutas	• misto frio • frutas	• bolo de fubá • frutas	• pão de cenoura com requeijão • frutas
	 BEBIDA	• chá • suco de polpa de frutas • achocolatado	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas
ALMOÇO	 COMIDA	• arroz / feijão • jardineira de legumes • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → lasanha à bolonhesa → frango crocante	• arroz / feijão • macarrão ao sugo • seleta de legumes • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → almôndegas → picadinho com legumes	• arroz / feijão • legumes na manteiga • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → peixe à dorê → peito de frango grelhado	• arroz / feijão • legumes ao vapor • batata palha • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → ovo cozido → estrogonofe de carne	• arroz / feijão • legumes assados • creme de milho • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → quibe assado → frango empanado
	 BEBIDA	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas
LANCHE	 COMIDA	• pão de queijo • frutas	• bolo de frutas • frutas	• chineque • frutas	• pão integral com manteiga • frutas	• bolo de laranja • frutas
	 BEBIDA	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas • achocolatado

OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

O cardápio pode sofrer alterações devido a disponibilidade das verduras e legumes.

* Caso haja qualquer restrição quanto aos ingredientes oferecidos, é de responsabilidade da família trazer o alimento substituto. Ex.: se intolerância à lactose, a família deverá trazer o leite especial.

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	 COMIDA	• pão francês com patê de frango • frutas	• bolo de chocolate • frutas	• pão integral com manteiga • frutas	• chineque • frutas	• pão de beterraba com patê de frios • frutas
	 BEBIDA	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas • achocolatado	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas
ALMOÇO	 COMIDA	• arroz / feijão • legumes refogados • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → frango assado → omelete com calabresa	• arroz / feijão • jardineira de legumes • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → iscas de carne à chinesa → carne moída refogada	• arroz / feijão • legumes salteados • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → escalope de lombo grelhado → ovos mexidos	• arroz / feijão • legumes assados • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → picadinho colorido → polenta a bolonhesa	• arroz / feijão • legumes ao vapor • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → carne de panela → frango acebolado
	 BEBIDA	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas
LANCHE	 COMIDA	• cereal com iogurte • frutas	• cachorro-quente • frutas	• bolo de frutas • frutas	• broa de milho com requeijão • frutas	• bolo de cenoura • frutas
	 BEBIDA	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas • achocolatado	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas

OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

O cardápio pode sofrer alterações devido a disponibilidade das verduras e legumes.

* Caso haja qualquer restrição quanto aos ingredientes oferecidos, é de responsabilidade da família trazer o alimento substituto. Ex.: se intolerância à lactose, a família deverá trazer o leite especial.

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	 COMIDA	• pão francês com patê de presunto • frutas	• bolo de frutas • frutas	• cereal com iogurte • frutas	• torta salgada de frango • frutas	• pão de cenoura com requeijão • frutas
	 BEBIDA	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas • achocolatado	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas
ALMOÇO	 COMIDA	• arroz / feijão • lasanha de queijo • batata palha • legumes na manteiga • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → nuggets → estrogonofe de carne	• arroz / feijão • seleta de legumes • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → ovo frito → rocambole de carne	• arroz / feijão • legumes ao vapor • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → frango crocante → lagarto ao molho	• arroz / feijão • legumes assados • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → iscas de peixe → madalena	• arroz / feijão • macarrão com molho branco • farofa nutritiva • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → frango a passarinho → ovo cozido
	 BEBIDA	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas
LANCHE	 COMIDA	• bolo de fubá • frutas	• pão de queijo • frutas	• pizza • frutas	• chineque • frutas	• bolo de laranja • frutas
	 BEBIDA	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas • achocolatado

OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

O cardápio pode sofrer alterações devido a disponibilidade das verduras e legumes.

* Caso haja qualquer restrição quanto aos ingredientes oferecidos, é de responsabilidade da família trazer o alimento substituto. Ex.: se intolerância à lactose, a família deverá trazer o leite especial.

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	 COMIDA	• pão francês com patê de frango • frutas	• bolo de frutas • frutas	• torrada com ervas • frutas	• pão de beterraba com queijo e presunto • frutas	• bolo de cenoura • frutas
	 BEBIDA	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas • achocolatado	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas
ALMOÇO	 COMIDA	• arroz / feijão • legumes refogados • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → omelete com calabresa → carne moída com legumes	• arroz / feijão • seleta de legumes • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → coxa de frango grelhada → escondidinho de carne	• arroz / feijão • legumes ao vapor • batata palha • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → estrogonofe de frango → quibe assado	• arroz / feijão • legumes na manteiga • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → lombo assado → polenta a bolonhesa	• arroz / feijão • macarrão alho e óleo • legumes salteados • frutas • opções de proteína: → picadinho ao molho → ovo frito
	 BEBIDA	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas
LANCHE	 COMIDA	• bolo de laranja • frutas	• cachorro quente • frutas	• chineque • frutas	• bolo de fubá • frutas	• pão de queijo • frutas
	 BEBIDA	• suco de polpa de frutas • achocolatado	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas

OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

O cardápio pode sofrer alterações devido a disponibilidade das verduras e legumes.

* Caso haja qualquer restrição quanto aos ingredientes oferecidos, é de responsabilidade da família trazer o alimento substituto. Ex.: se intolerância à lactose, a família deverá trazer o leite especial.

CARDÁPIO 2025 | BARIGUI

INTEGRAL

SEMANA 5

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	 COMIDA	• pão francês com patê de frios • frutas	• bolo de frutas • frutas	• cereal com iogurte • frutas	• chineque • frutas	• pão de cenoura com manteiga • frutas
	 BEBIDA	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas • achocolatado	• chá • suco de polpa de frutas
ALMOÇO	 COMIDA	• arroz / feijão • legumes refogados • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → lasanha à bolonhesa → frango xadrez	• arroz / feijão • seleta de legumes • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → ovo mexido → macarrão ao molho de carne	• arroz / feijão • legumes ao vapor • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → frango assado → bolinho de carne	• arroz / feijão • legumes na manteiga • purê de batata • 2 saladas • frutas • opções de proteína: → peixe à milanesa → frango ao molho	• arroz / feijão • legumes salteados • frutas • opções de proteína: → picadinho colorido → iscas de frango acebolado
	 BEBIDA	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas	• chá • suco de polpa de frutas
LANCHE	 COMIDA	• torrada com manteiga • frutas	• pão de queijo • frutas	• bolo de fubá • frutas	• pizza • frutas	• bolo de chocolate • frutas
	 BEBIDA	• suco de polpa de frutas • achocolatado	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas	• suco de polpa de frutas

OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

O cardápio pode sofrer alterações devido a disponibilidade das verduras e legumes.

* Caso haja qualquer restrição quanto aos ingredientes oferecidos, é de responsabilidade da família trazer o alimento substituto. Ex.: se intolerância à lactose, a família deverá trazer o leite especial.