

Colégio Menino Jesus CARDÁPIO FUNDAMENTAL – RESTRIÇÃO AO LEITE					
MÊS:	OUTUBRO	2026	Nutricionista responsável: Gabriele Klitzke Valtrich - CRN 10/SC 2944		
DATA	05/out	06/out	07/out	08/out	09/out
SEMANA 01	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Pãozinho com geleia / manteiga	Pãozinho com omelete	Bolacha Salgada	Cookies (caseiro) de cacau e aveia e Bolacha Salgada	Pão caseiro integral com manteiga / Geleia
	Suco de frutas	Suco de frutas	Achocolatado	Bebida Láctea	Chá
ALMOÇO	Carne moída ensopada com batatas	Filé de frango grelhado	Frango xadrez	Íscas de carne ao molho madeira	Frango assado
	Arroz	Arroz	Arroz integral	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão / Farofa	Feijão
	Polenta cremosa	Macarrão integral ao molho sugo	Macarrão	Batatinha assada	Creme de milho
	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	*Opção sem lactose
LANCHE DA TARDE	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação
	Pão de queijo	Bolacha Salgada	Risoto de frango	Torta salgada de frango	Sanduíche com queijo e salada
	Bebida Láctea	Chá	Suco de frutas	Chá	Suco de frutas
OBS: Os alimentos grifados em amarelo contém leite na composição. Os alimentos grifados em vermelho <u>podem conter</u> traços de leite.					
Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade operacional					

MÊS:	OUTUBRO	2026	Nutricionista responsável: Gabriele Klitzke Valtrich - CRN 10/SC 2944		
DATA	12/out	13/out	14/out	15/out	16/out
SEMANA 02	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	FERIADO	Antecipação do dia do professor - Não haverá aula e nem plantão	Fruta	Fruta	Fruta
			Cereal	Rosquinha de polvilho Bolo de maçã, canela e aveia	Bisnaguinha caseira com manteiga
			Leite	Achocolatado	Suco de frutas
			Ovo mexido	Filé de frango empanado	Bolo de carne moída
ALMOÇO			Arroz	Arroz integral	Arroz
			Feijão	Feijão	Feijão
			Risoto de frango	Purê de batata *Opção sem lactose	Macarrão integral ao sugo
			Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)
LANCHE DA TARDE			Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação
			Rosquinha de polvilho Bolo de maçã, canela e aveia	Sopa de frango, macarrão e legumes / Torrada	Sanduíche pizza
			Chá	Suco de frutas	Suco de frutas

OBS: Os alimentos **grifados em amarelo** contém leite na composição.

Os alimentos **grifados em vermelho** podem conter traços de leite.

Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade operacional

MÊS:	OUTUBRO	2026	Nutricionista responsável: Gabriele Klitzke Valtrich - CRN 10/SC 2944		
DATA	19/out	20/out	21/out	22/out	23/out
SEMANA 03	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Pãozinho com geleia / manteiga	Pãozinho com omelete	Pão de queijo	Bolo de laranja com aveia / Rosquinha de Polvilho	Sanduíche pizza
	Chá	Suco de frutas	Vitamina de frutas	Achocolatado	Suco de frutas
ALMOÇO	Estrogonoffe de carne *Opção sem lactose	Íscas de frango acebolado	Peixe à milanesa	Frango assado	Bolinho de carne assado
	Arroz	Arroz integral	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão / Farofa	Feijão
	Batata Palha	Macarrão ao alho e óleo	Purê de batata *Opção sem lactose	Creme de milho *Opção sem lactose	Macarrão integral ao molho sugo
	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)
	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação	Fruta da Estação
LANCHE DA TARDE	Sanduíche com queijo e salada	Macarrão com carne moída	Rosquinha de Polvilho Bolo de laranja com aveia	Pão com hambúrguer e salada	Pão caseiro de cenoura com manteiga / Geleia
	Suco de frutas	Suco de frutas	Chá	Suco de frutas	Chá

OBS: Os alimentos **grifados em amarelo** contém leite na composição.

Os alimentos **grifados em vermelho** podem conter traços de leite.

Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade operacional

MÊS:	OUTUBRO	2026	Nutricionista responsável: Gabriele Klitzke Valtrich - CRN 10/SC 2944		
DATA	26/out	27/out	28/out	29/out	30/out
SEMANA 04	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Cereal	Pipoca	Sanduíche de forno com queijo	Pão caseiro de cenoura com manteiga / Geleia	Pizza de queijo
	Leite	Bolo de chocolate			
ALMOÇO		Suco de frutas	Suco de frutas	Chá	Suco de frutas
	Carne moída refogada	Omelete	Estrogonoffe de frango *Opção sem lactose	Íscas de carne acebolada	Frango ensopado
	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão / Farofa	Feijão
	Macarrão	Escondidinho de carne *Opção sem lactose	Batata palha	Batata doce	Polenta cremosa
LANCHE DA TARDE	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)	Saladas (5 tipos)
	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	Pãozinho com carne moída / Tomate	Pipoca	Pãozinho com omelete	Pizza de queijo / milho	Cereal / Bolacha Salgada
		Bolo de chocolate			
	Chá	Suco de frutas	Chá	Suco de frutas	Leite

OBS: Os alimentos **grifados em amarelo** contém leite na composição.

Os alimentos **grifados em vermelho** podem conter traços de leite.

Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade operacional