

CARDÁPIO DIVER - UNIDADE ESCOLAR EIC - FEVEREIRO 2026

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	02	03	04	05	06
SALADAS	Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada	Saladas de folhas Tomate Pepino	Saladas de folhas Tomate Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Repolho branco	Saladas de folhas Tomate Brócolis
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Caracolino	Espaguete	Espaguete	Fuzilli	Penne
ACOMPANHAMENTOS	Farofa de milho Batata corada	Bolinho de arroz assado	Farofa colorida Batata doce assada	Legumes salteados na manteiga	Farofa com crótons Creme de milho
CARNES	Estrogonofe de carne Coxinha da asa assada	Coxa e sobrecoxa assada Tatu assado com molho madeira	Bife acebolado File mignon suíno assado	Cubos de carne ao molho ferrugem Panqueca de frango	Filé de frango à dorê (forno) Lasanha à bolonhesa



NUTREBEM

SOLUÇÕES EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

CARDÁPIO DIVER - UNIDADE ESCOLAR EIC - FEVEREIRO 2026

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	9	10	11	12	13
SALADAS	Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida	Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada	Saladas de folhas Tomate Brócolis	Saladas de folhas Tomate Pepino	Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Espaguete	Caracolino	Fusilli	Espaguete	Espaguete
ACOMPANHAMENTOS	Bolinho de legumes assado	Farofa Purê de batata	Farofa com legumes Batata palito assada	Polenta cremosa	Farofa colorida Legumes na manteiga
CARNES	Yakisoba de frango	Frango grelhado	Estrogonofe de frango	Coxinha da asa assada	Filé de frango grelhado
	Isclas de carne refogadas	Almôndegas caseiras assadas	Bife acebolado	Carne moída à bolonhesa	Carne de panela com batata



NUTREBEM

SOLUÇÕES EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

CARDÁPIO DIVER - UNIDADE ESCOLAR EIC - FEVEREIRO 2026

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	16	17	18	19	20
SALADAS	Sem aulas	Sem aulas	Sem aulas	Saladas de folhas Tomate Brócolis	Saladas de folhas Tomate Pepino
ARROZ E FEIJÃO	Sem aulas	Sem aulas	Sem aulas	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Sem aulas	Sem aulas	Sem aulas	Penne	Espaguete
ACOMPANHAMENTOS	Sem aulas	Sem aulas	Sem aulas	Farofa amarela Legumes refogados	Batata canoa assada
CARNES	Sem aulas	Sem aulas	Sem aulas	Panqueca de carne	Estrogonofe de carne
				Coxa e sobrecoxa assada	Filé de peixe à milanesa



CARDÁPIO DIVER - UNIDADE ESCOLAR EIC - FEVEREIRO 2026

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	23	24	25	26	27
SALADAS	Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida	Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida	Saladas de folhas Tomate Brócolis	Saladas de folhas Tomate Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Pepino
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Espaguete	Penne	Caracolino	Espaguete	Fuzilli
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Creme de milho	Purê de batata com ervilhas	Farofa colorida Repolho refogado	Batata rústica Farofa	Legumes refogados
CARNES	Filé de frango à dorê (forno)	Almôndegas caseiras assada	Panqueca de frango	Mini hambúrguer caseiro assado	Lombo suíno assado
	Cubos de carne com molho	Iscas de frango grelhada	Carne assada de panela	Coxa e sobrecoxa crocante	Carne à bolonhesa



ATENÇÃO INTOLERANTES OU ALÉRGICOS:

Preparações com leite: panqueca, estrogonofe, creme de milho, purês.

Preparações com ovos ou traços de ovos: panqueca, bolinho de arroz, macarrão, yakisoba.

Preparações com trigo: frango à milanesa, bolinho de arroz, panqueca, almôndegas, hambúrguer, pirão.

CONSIDERAÇÕES

Informamos que o cardápio poderá passar por pequenas modificações devido à disponibilidade dos gêneros alimentícios.

Utilizamos os seguintes folhosos: alface americana, alface crespa e lisa, rúcula e agrião.

As Saladas cruas e cozidas variam: cenoura, tomate, beterraba, pepino, repolho, brócolis, couve flor, repolho.

Os Legumes servidos são: couve flor, brócolis, cenoura, abobrinha, chuchu, abóbora, berinjela, vagem.

As preparações com frango são sem pele e sem osso.

Nutricionista GREICE BORDIGNON - CRN 10 / 0571