



NUTREBEM

SOLUÇÕES EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

CARDÁPIO BUFFET - UNIDADE ESCOLAR EIC - FEVEREIRO 2026

	SEGUNDA FEIRA 02	TERÇA FEIRA 03	QUARTA FEIRA 04	QUINTA FEIRA 05	SEXTA FEIRA 06 FESTIVAL DE MASSAS
SALADAS 7 tipos		2 tipos de folhas Tomate Pepino Cenoura cozida Beterraba ralada Salada de repolho Fruta da estação	2 tipos de folhas Tomate Cenoura ralada Beterraba cozida Milho Maionese de batata Fruta da estação	2 tipos de folhas Tomate Repolho branco Brócolis Cenoura cozida Salada de lentilha Fruta da estação	2 tipos de folhas Tomate Couve flor Beterraba cozida Cenoura ralada Salpicão de legumes Molho Pesto
ARROZ ARROZ INTEGRAL FEIJÃO		Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSA		Espaguete	Espaguete	Fuzilli	Penne
MOLHO		Madeira	Barbecue	Sugo	Sugo e queijos
ACOMPANHAMENTOS		Farofa Bolinho de arroz assado Legumes refogados	Farofa colorida Batata doce assada	Farofa Legumes salteados na manteiga	Farofa com crótons Nhoque
CARNES 2 tipos		Coxa e sobrecoxa assada	Bife acebolado	Panqueca de frango	Lasanha à bolonhesa
		Tatu assado com molho madeira	File mignon suíno assado com molho barbecue	Cubos de carne refogados	Filé de frango à milanesa (forno)



NUTREBEM

SOLUÇÕES EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

CARDÁPIO BUFFET - UNIDADE ESCOLAR EIC - FEVEREIRO 2026

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	09	10	11	12	13
SALADAS 7 TIPOS	2 tipos de folhas Tomate Cebola roxa Cenoura cozida Beterraba ralada Sunomomo Fruta da estação	2 tipos de folhas Tomate Beterraba ralada Couve flor Milho Macarronese Fruta da estação	2 tipos de folhas Tomate Brócolis Abobrinha Cenoura ralada Salpicão de legumes Fruta da estação	2 tipos de folhas Tomate Pepino Beterraba cozida Cenoura ralada Repolho com maçã	2 tipos de folhas Tomate Beterraba cozida Chuchu com milho Cebola em conserva Maionese de batata Fruta da estação
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
MOLHOS	Madeira	Sugo	Sugo	Sugo	Bechamel
ACOMPANHAMENTOS	Bolinho de legumes assado	Farofa Purê de batata	Farofa com legumes Batata palito assada	Polenta cremosa	Farofa colorida Legumes na manteiga
CARNES 2 TIPOS	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 BUFFET - UNIDADE ESCOLAR EIC - FEVEREIRO 2026

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	16	17	18	19	20
SALADAS 7 TIPOS	Sem aulas	Sem aulas	Sem aulas	2 tipos de folhas Tomate Cenoura cozida Brócolis Milho Sunomomo Fruta da estação	2 tipos de folhas Tomate Pepino Cenoura ralada Salada mista Macarronese Fruta da estação
ARROZ E FEIJÃO				Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS				Penne	Espaguete
MOLHO				Madeira	Sugo
ACOMPANHAMENTOS				Farofa amarela Legumes refogados	Batata canoa assada
CARNES 2 TIPOS				Panqueca de carne Coxa e sobrecoxa assada	Estrogonofe de carne Filé de peixe à milanesa

CARDÁPIO BUFFET – UNIDADE ESCOLAR EIC – FEVEREIRO 2026

	SEGUNDA FEIRA 23	TERÇA FEIRA 24	QUARTA FEIRA 25	QUINTA FEIRA 26	SEXTA FEIRA 27
SALADAS 7 TIPOS	2 tipos de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura cozida Repolho roxo Salpicão Fruta da estação	2 tipos de folhas Tomate Repolho branco Cenoura ralada Brócolis Maionese de batata Fruta da estação	2 tipos de folhas Tomate Cenoura ralada Beterraba cozida Pepino Salada de grão de bico	2 tipos de folhas Tomate Cenoura ralada Couve flor Sunomomo Salada de lentilha Fruta da estação	2 tipos de folhas Tomate Pepino Couve e cenoura Salada colorida Milho Fruta da estação
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
MOLHO	Madeira	Sugo	Sugo	Mostarda	Sugo
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Creme de milho	Purê de batata com ervilhas	Farofa colorida Repolho refogado	Farofa Batata rústica	Legumes refogados
CARNES 2 TIPOS	Filé de frango à dorê (forno)	Almôndegas caseiras assada	Panqueca de frango	Mini hambúrguer caseiro assado	Lombo suíno assado
	Cubos de carne com molho	Isclas 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, arroz biro biro.

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, exceto coxinha da asa.

Nutricionista GREICE BORDIGNON - CRN 10 / 0571