



NUTREBEM

SOLUÇÕES EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

CARDÁPIO INFANTIL - UNIDADE ESCOLAR EIC - JULHO 2026

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	29	30	1	2	3
SALADAS	Salada de folhas Tomate Beterraba cozida Cenoura cozida	Salada de folhas Tomate Couve flor Beterraba ralada	Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Vagem	Saladas de folhas Tomate Sunomomo Broto de feijão	Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Chuchu
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz de forno Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Fuzilli	Espaguete	Espaguete	Pene	Fusilli
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Legumes na manteiga de ervas	Bolinho de espinafre assado	Farofa Couve refogada	Polenta cremosa	Batata rústica
CARNES	Carne de panela com molho	Coxa e sobrecoxa assada crocante	Frango grelhado com molho inglês	Coxinha da asa assada	Fricassê de frango
	Isclas de frango grelhada	Yakisoba de carne	Feijoada	Carne de panela com molho	Carne moída refogada com legumes



CARDÁPIO INFANTIL - UNIDADE ESCOLAR EIC - JULHO 2026

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	6	7	8	9	10
SALADAS	Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Repolho branco Cenoura cozida	Saladas de folhas Tomate Cenoura ralada Beterraba cozida	Saladas de folhas Tomate Milho Laranja	Saladas de folhas Tomate Chuchu Beterraba
ARROZ E FEIJÃO CREME DE FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz biro biro Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Caracolino	Fuzilli	Espaguete	Espaguete	Penne
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Batata corada	Escondidinho	Batata palito assada	Panachê de legumes salteados	Farofa Purê de batata
CARNES	Estrogonofe de carne	Tatu assado com molho ferrugem	Frango xadrez	Carne à bolonhesa	Almôndegas caseira assada
	Frango grelhado	Linguiça assada	Hamburguer caseiro	Coxa e sobrecoxa assada	Filé de frango à milanesa

CARDÁPIO INFANTIL - UNIDADE ESCOLAR EIC - JULHO 2026

PLANTÃO DE FÉRIAS	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	13	14	15	16	17
SALADAS	Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Laranja	Saladas de folhas Tomate Repolho branco Cenoura cozida	Saladas de folhas Tomate Cenoura ralada Chuchu	Saladas de folhas Tomate Brócolis Pepino	Saladas de folhas Tomate Pepino Beterraba cozida
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Espaguete	Fuzilli	Espaguete	Penne	Espaguete
ACOMPANHAMENTOS	Batata doce assada	Canja	Legumes salteados	Batata em pétalas	Bolinho de arroz assado
CARNES 2 TIPOS	File mignon suíno assado	Iscas de frango grelhado	Coxa e sobrecoxa assada	Panqueca de frango	Frango grelhado
	Carne de panela em cubos	Carne moída refogada	Kibe de forno	Escalopes acebolados	Yakisoba de carne



NUTREBEM

SOLUÇÕES EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

CARDÁPIO INFANTIL - UNIDADE ESCOLAR EIC - JULHO 2026

PLANTÃO DE FÉRIAS	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	20	21	22	23	24
SALADAS	Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Ervilha	Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Couve flor	Saladas de folhas Tomate Brócolis Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura cozida	Saladas de folhas Tomate Sunomomo Beterraba cozida
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão vermelho
MASSAS	Espaguete	Fusilli	Caracolino	Espaguete	Espaguete
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Legumes na manteiga	Creme de legumes	Farofa Canja	Polenta cremosa	Farofa Minestra
CARNES 2 TIPOS	Carne refogada	Coxinha da asa assada	Tirinhas de frango grelhada	Sobrecoxa com creme de cebola assada	Fricassê de frango
	Frango grelhado	Carne moída à bolonhesa	Bife acebolado	Mini almondegas caseiras	Panqueca de carne



NUTREBEM

SOLUÇÕES EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

CARDÁPIO INFANTIL - UNIDADE ESCOLAR EIC - JULHO 2026

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	27	28	29	30	31
SALADAS	Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Milho	Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Brócolis Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Brócolis Couve flor
ARROZ E FEIJÃO CREME DE FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz com brócolis Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Espaguete	Fusilli	Espaguete	Caracolino	Espaguete
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Creme de milho	Legumes refogados	Farofa Batata doce assada	Caldo verde	Farofa Lentilha
CARNES	Filé de frango à dorê (forno)	Panqueca de carne	Filé mignon suíno assado	Carne de panela	Kibe de forno
	Bife acebolado	Iscas de frango grelhada	Carne à bolonhesa	Sobrecoxa assada com mostarda	Coxinha da asa assada



ATENÇÃO INTOLERANTES OU ALÉRGICOS:

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

Preparações com ovos: panqueca, bolinho de arroz.

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

Contato NUTREBEM 48 999709727