

CARDÁPIO DIVER - UNIDADE ESCOLAR EIC - AGOSTO 2026

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	3	4	5	6	7
SALADAS	Salada de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura cozida	Salada de folhas Tomate Repolho branco Cenoura ralada	Salada de folhas Tomate Milho Pepino	Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Beterraba ralada	Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Brócolis
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz à grega Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Espaguete	Penne	Caracolino	Fuzilli	Espaguete
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Batata palha Batata rústica	Purê	Farofa Legumes salteados na manteiga	Farofa Bolinho de arroz assado	Polenta cremosa
CARNES	Estrogonofe de carne	File de peixe à dorê (forno)	Frango grelhado	Coxinha da asa assada	Bife acebolado
	Coxa e sobrecoxa assada	Carne moída refogada	Panqueca de carne	Lasanha de carne	Coxa e sobrecoxa ensopada

CARDÁPIO DIVER - UNIDADE ESCOLAR EIC - AGOSTO 2026

	SEGUNDA FEIRA 10	TERÇA FEIRA 11	QUARTA FEIRA 12	QUINTA FEIRA 13	SEXTA FEIRA 14
SALADAS	Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Milho	Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Brócolis Couve flor	Saladas de folhas Tomate Pepino Cenoura cozida	Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Chuchu
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz biro biro Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Espaguete	Caracolino	Fusilli	Espaguete	Espaguete
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Batata corada	Farofa Couve mineira refogada	Farofa Purê de batata	Farofa Canja	Farofa colorida Legumes na manteiga
CARNES	File mignon suíno assado	Fricassê de frango	Coxa e sobrecoxa com creme de cebola	File de peito de frango grelhado	Panqueca de frango
	Iscas de carne com molho madeira	Feijoada	Almôndegas caseira assada	Carne de panela com batata	Carne moída refogada com legumes

CARDÁPIO DIVER – UNIDADE ESCOLAR EIC – AGOSTO 2026

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	17	18	19	20	21
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 Cenoura cozida Chuchu	Saladas de folhas Tomate Pepino Vagem cozida
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz com brócolis Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Caracolino	Espaguete	Espaguete	Fusilli	Espaguete
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Batata salte	Farofa Creme de legumes	Minestra	Legumes salteados	Farofa Creme de milho
CARNES	Cubos de carne com molho escuro	Filé de frango grelhado	File mignon suíno	Carne à bolonhesa	Coxa e sobrecoxa assada
	Coxinha da asa assada	Tatu assado com molho ferrugem	Yakisoba de carne	File de peixe à dorê	Hamburguinho assado

CARDÁPIO DIVER - UNIDADE ESCOLAR EIC - AGOSTO 2026

	SEGUNDA FEIRA 24	TERÇA FEIRA 25	QUARTA FEIRA 26	QUINTA FEIRA 27	SEXTA FEIRA 28
SALADAS	Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Pepino	Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Repolho misto Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura ralada	Saladas de folhas Tomate Brócolis Sunomomo
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz biro biro Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão carioca	Arroz Arroz integral Feijão preto	Arroz Arroz integral Feijão vermelho	Arroz Arroz integral Feijão preto
MASSAS	Espaguete	Fusilli	Espaguete	Caracolino	Espaguete
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Polenta palito assada	Canja	Farofa Batata doce assada	Batata corada	Legumes gratinados
CARNES	Carne de panela assada	Coxa e sobrecoxa assada	Almondegas ao sugo	Coxinha da asa assada	Yakisoba de frango
	File de peito de frango grelhado	Bife à parmegiana	Linguiça assada	Carreteiro	Bife acebolado



CARDÁPIO DIVER - UNIDADE ESCOLAR EIC - AGOSTO 2026

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	31				
SALADAS	Saladas de folhas Tomate Brócolis Cenoura ralada				
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão preto				
MASSAS	Fusilli				
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Bolinho de espinafre assado				
CARNES 2 TIPOS	Cubos de carne				
	Coxa e sobrecoxa assada crocante				



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