



CARDÁPIO BUFFET – UNIDADE ESCOLAR EIC – AGOSTO 2026

	SEGUNDA FEIRA 3	TERÇA FEIRA 4	QUARTA FEIRA 5	QUINTA FEIRA 6	SEXTA FEIRA 7
SALADAS 7 tipos	2 tipos de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura cozida Chuchu Salada mista Fruta da estação	2 tipos de folhas Tomate Repolho branco Cenoura ralada Brócolis Maionese de batata Fruta da estação	2 tipos de folhas Tomate Milho Pepino Beterraba cozida Salada de lentilha Fruta da estação	Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Beterraba ralada Vagem Sunomomo Fruta da estação	Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Brócolis Cenoura ralada Macarronese Fruta da estação
ARROZ ARROZ INTEGRAL 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
MASSA	Espaguete	Penne	Caracolino	Fuzilli	Espaguete
MOLHO	Molho sugo	Molho branco	Molho sugo	Molho ao sugo	Molho ao sugo
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Batata palha Batata rústica	Purê	Farofa Legumes salteados na manteiga	Farofa Bolinho de arroz assado	Polenta cremosa
CARNES 2 tipos	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 BUFFET – UNIDADE ESCOLAR EIC – AGOSTO 2026

	SEGUNDA FEIRA 10	TERÇA FEIRA 11	QUARTA FEIRA 12	QUINTA FEIRA 13	SEXTA FEIRA 14
SALADAS 7 TIPOS	2 Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Chuchu com milho Pepino em conserva Salada de ervilha Fruta da estação	2 Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura ralada Abobrinha Maionese de batata Fruta da estação	2 Saladas de folhas Tomate Brócolis Couve flor Cenoura ralada Sunomomo Fruta da estação	2 Saladas de folhas Tomate Pepino Cenoura cozida Broto de alfafa Macarroneze Fruta da estação	2 Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Chuchu Homus Torradinha Fruta da estação
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
MOLHOS	Barbecue	Sugo	Sugo	Branco	Sugo
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Batata corada	Farofa Couve mineira refogada	Farofa Purê de batata	Farofa Canja	Farofa colorida Legumes na manteiga
CARNES 2 TIPOS	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 BUFFET- UNIDADE ESCOLAR EIC - AGOSTO 2026

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	17	18	19	20	21
SALADAS 7 TIPOS	2 Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura ralada Pepino em conserva Salada de batata Fruta da estação	2 Saladas de folhas Tomate Repolho branco Cenoura cozida Milho Salpicão de legumes Fruta da estação	2 Saladas de folhas Tomate Cenoura ralada Beterraba cozida Salada de maça Macarroneise Fruta da estação	2 Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Chuchu Beterraba e cebola Tabule Fruta da estação	2 Saladas de folhas Tomate Pepino Vagem cozida Cenoura Maionese de batata Fruta da estação
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
MOLHO	Sugo	Ferrugem	Barbecue	Sugo	Sugo
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Batata salte	Farofa Creme de legumes	Minestra Abobora caramelada	Legumes salteados Abobrinha à parmegiana	Farofa Creme de milho
CARNES 2 TIPOS	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	Hamburgquinho assado



CARDÁPIO BUFFET – UNIDADE ESCOLAR EIC – AGOSTO 2026

	SEGUNDA FEIRA 24	TERÇA FEIRA 25	QUARTA FEIRA 26	QUINTA FEIRA 27	SEXTA FEIRA 28
SALADAS 7 TIPOS	2 Saladas de folhas Tomate Cenoura cozida Pepino Beterraba ralada Broto de feijão Fruta da estação	2 Saladas de folhas Tomate Beterraba cozida Cenoura ralada Ervilha Salada de trigo Fruta da estação	2 Saladas de folhas Tomate Repolho misto Cenoura ralada Pepino Maionese Fruta da estação	2 Saladas de folhas Tomate Beterraba ralada Cenoura ralada Abobrinha refogada Salpicão Fruta da estação	2 Saladas de folhas Tomate Brócolis Sunomomo Couve flor Cenoura ralada Fruta da estação
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
MOLHO	Sugo	Queijos	Sugo	Barbecue	Sugo
ACOMPANHAMENTOS	Farofa Polenta palito assada	Canja Nhoque	Farofa Batata doce assada	Batata corada Rolinho de brócolis	Legumes gratinados
CARNES 2 TIPOS	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 BUFFET – UNIDADE ESCOLAR EIC – AGOSTO 2026

	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA
	31				
SALADAS 7 TIPOS	2 Saladas de folhas Tomate Brócolis Cenoura ralada Milho Macarronese Fruta da estação				
ARROZ E FEIJÃO	Arroz Arroz integral Feijão preto				
MASSAS	Fusilli				
MOLHO	Sugo				
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, purê de batata.

Preparações com ovos: panqueca, bolinho de espinafre.

Preparações com trigo: frango à milanesa, file de peixe, bolinho de espinafre, 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 - CRN10 / 0571