



Cardápio Alérgicos



MÊS: ABRIL/ 2026
 Maria Teresa CRN2 1848 D

REFEIÇÃO	SEGUNDA 13/27	TERÇA 14/28	QUARTA 1/15/29	QUINTA 2/16/30	SEXTA 17/
COLAÇÃO	Maçã, mamão	Banana, abacate	Manga, Pitaia	Maçã, melão	Frutas variadas
ALMOÇO Alergia ALPV Intolerância a lactose	Arroz, feijão vermelho, bife hamburguer de cenoura c/ espinafre, moranga refogada, Sal: mista	Arroz, feijão, panqueca verde c/ carne, jardineira de legumes, Sal: alface, repolho	Arroz, feijão, cubinhos de carne, chuchu refogado, Sal: brócolis, cenoura	Arroz, feijão carioca, peixe crocante, cenoura refogada c/ batata, Sal: beterraba, alface	Arroz, feijão, frango de panela, couve c/ farofa, Sal: mista
LANCHE TARDE Alergia ALPV Intolerância a lactose	Mamão, banana Falso Pão de queijo	Melancia, melão Bisnaguinha de beterraba c/ schmier	Maçã, laranja Cookies formigueiro	Frutas variadas Bolo de cenoura c/ cobertura de cacau	Salada de frutas iogurte zero lactose Leite especial
JANTAR/ LANCHE 2 Alergia a ALPV Intolerância a lactose	Arroz, feijoada vegetariana, bolinho de couve, ovo, Sal: alface, tomate	Arroz verde, mini almôndegas c/ molho, sal: mista	Macarrão c/ alho poró, picado de carne, ovo cozido, Sal: mista	Arroz c/ galinha, milho cozido, sal: mista	Arroz de brócolis, picadinho de carne c/ batata. Sal: mista

REFEIÇÃO	SEGUNDA 6/20	TERÇA 7/21	QUARTA 8/22	QUINTA 9/23	SEXTA 10/24
COLAÇÃO	Banana, melão	Melancia, maçã	Manga, laranja	Pitaia, pêra	Frutas variadas
ALMOÇO Alergia ALPV Intolerância a lactose	Arroz, lentilha c/ moranga, bife hamburguer de berinjela c/ batata, brócolis c/ cenoura ao alho e óleo, Sal: alface, chuchu	Arroz, feijão, Kibe ao forno, quibebe, Sal: beterraba, couve-flor, pepino.	Arroz, feijão carioca, bife de frango acebolado, batata corada no forno. Sal: mista	Arroz, feijão, iscas de carne c/ milho, torta de brócolis, Sal: cenoura, tomate	Arroz, feijão, bolinho de peixe, purê de batata c/ grão de bico, Sal: mista
LANCHE TARDE Alergia ALPV Intolerância a lactose	Maçã, melancia Sanduíche c/ patê de legumes	Manga, banana Panqueca americana	Mamão, melão Bolo de aipim c/ coco	Frutas variadas Pão batido de moranga c/ schmier	Salada de frutas iogurte zero lactose Leite especial
JANTA/ Alergia ALPV Intolerância a lactose	Arroz amarelo, ovo cozido, brócolis refogados, lentilha, Sal: mista	Escondidinho de polenta c/ carne, espinafre picadinho. Sal: mista	Macarrão ao molho de frango c/ ervilhas. Sal: mista	Carreiro de coraçãozinho, croquete de espinafre c/ batata, Sal: tomate	Macarrão ao sugo, nugets de frango, jardineira de legumes. Sal: alface

*** Bolo, pães, biscoitos, purês, cremes, panquecas são confeccionados sem leite.

** leite especiais indicados para alérgicos são utilizados nos preparos de lanches.



ESCOLA
 CONSTRUCTOR





Cardápio Nido



MÊS- Abril/ 2026

Nutricionista - Maria Teresa CRN2 1848D

No jantar acompanha feijão ou lentilha.

REFEIÇÃO	SEGUNDA 13/27	TERÇA 14/28	QUARTA 1/15/29	QUINTA 2/16/30	SEXTA 17/
COLAÇÃO	Maçã, mamão	Banana, abacate	Manga, Pitaia	Maçã, melão	Frutas variadas
ALMOÇO	Arroz, feijão vermelho, bife hamburguer de cenoura c/ espinafre, moranga refogada, Sal: mista	Arroz, feijão, panqueca verde c/ carne, jardineira de legumes, Sal: chuchu	Arroz, feijão, cubinhos de carne, chuchu gratinado, Sal: brócolis, cenoura cozida.	Arroz, feijão carioca, peixe crocante, cenoura refogada c/ batata, Sal: beterraba	Arroz, feijão, frango de panela, couve refogada, Sal: mista
LANCHE TARDE	Mamão, banana Pão de queijo	Melancia, melão Bisnaguinha de beterraba	Maçã, laranja Cookies formigueiro	Frutas variadas Bolo de cenoura	Salada de frutas Iogurte natural
JANTAR/LANCHE 2	Arroz, feijoada vegetariana, bolinho de couve, ovo, Sal: tomate	Arroz verde, mini almôndegas c/ molho, sal: mista	Macarrão c/ alho poró, picado de carne, ovo cozido, Sal: mista	Arroz c/ galinha, brócolis cozidos, sal: mista	Arroz de brócolis, picadinho de carne c/ batata. Sal: mista

REFEIÇÃO	SEGUNDA 6/20	TERÇA 7/21	QUARTA 8/22	QUINTA 9/23	SEXTA 10/24
COLAÇÃO	Banana, melão	Melancia, maçã	Manga, laranja	Pitaia, pêra	Frutas variadas
ALMOÇO	Arroz, lentilha c/ moranga, bife hamburguer de berinjela c/ batata, brócolis c/ cenoura ao alho e óleo, Sal: chuchu	Arroz, feijão, Kibe ao forno, quibebe, Sal: beterraba, couve-flor.	Arroz, feijão carioca, bife de frango acebolado, batata corada no forno. Sal: mista	Arroz, feijão, iscas de carne, torta de brócolis, Sal: cenoura, tomate	Arroz, feijão, bolinho de peixe, purê de batata c/ grão de bico, Sal: mista
LANCHE TARDE	Maçã, melancia Sanduíche de queijo	Manga, banana Panqueca de aveia c/ banana	Mamão, melão Bolo de aipim c/ coco	Frutas variadas Pão batido de moranga	Salada de frutas Danone caseiro de mamão
JANTAR/	Arroz amarelo, ovo cozido, brócolis refogados, lentilha, Sal: mista	Escondidinho de polenta c/ carne, espinafre picadinho. Sal: mista	Macarrão aos molhos de queijo e de frango c/ ervilhas. Sal: mista	Carreteiro de coraçãozinho, croquete de espinafre c/ batata, Sal: tomate	Macarrão ao sugo, nugets de frango, jardineira de legumes. Sal: alface

• Observações:

- O lanche da tarde é específico do Nido II.

- **Nido I: exclusivamente frutas e leite.**

- **Vitaminas preparadas com as fórmulas individualizadas.**



**ESCOLA
CONSTRUCTOR**



Cardápio Constructor



Mês: ABRIL/2026

Nutricionista - Maria Teresa Sawitzki CRN2 1848

REFEIÇÃO	SEGUNDA 13/27	TERÇA 14/28	QUARTA 1/15/29	QUINTA 2/16/30	SEXTA 17/
COLAÇÃO	Maçã, mamão	Banana, abacate	Manga, Pitaia	Maçã, melão	Frutas variadas
ALMOÇO	Arroz, feijão vermelho, bife hamburger de cenoura c/ espinafre, moranga refogada, Sal: mista	Arroz, feijão, panqueca verde c/ carne, jardineira de legumes, Sal: alface, repolho	Arroz, feijão, cubinhos de carne, chuchu gratinado, Sal: brócolis, cenoura ralada.	Arroz, feijão carioca, peixe crocante, cenoura refogada c/ batata, Sal: beterraba, alface	Arroz, feijão, frango de panela, couve c/ farofa, Sal: mista
LANCHE TARDE	Mamão, banana Pão de queijo	Melancia, melão Bisnaguinha de beterraba c/ requeijão caseiro	Maçã, laranja Cookies formigueiro	Frutas variadas Bolo de cenoura c/ cobertura de cacau	Salada de frutas iogurte
JANTAR/	Arroz, feijoada vegetariana, bolinho de couve, ovo, Sal: alface, tomate	Arroz verde, mini almôndegas c/ molho, sal: mista	Macarrão c/ alho poró, picado de carne, ovo cozido, Sal: mista	Arroz c/ galinha, milho cozido, sal: mista	Arroz de brócolis, picadinho de carne c/ batata. Sal: mista

REFEIÇÃO	SEGUNDA 6/20	TERÇA 7/	QUARTA 8/22	QUINTA 9/23	SEXTA 10/24
LANCHE MANHÃ	Banana, melão	Melancia, maçã	Manga, laranja	Pitaia, pêra	Frutas variadas
ALMOÇO	Arroz, lentilha c/ moranga, bife hamburger de berinjela c/ batata, brócolis c/ cenoura ao alho e óleo, Sal: alface, chuchu	Arroz, feijão, Kibe ao forno, quibebe, Sal: beterraba, couve-flor, pepino.	Arroz, feijão carioca, bife de frango acebolado, batata corada no forno. Sal: mista	Arroz, feijão, iscas de carne c/ milho, torta de brócolis, Sal: cenoura, tomate	Arroz, feijão, bolinho de peixe, purê de batata c/ grão de bico, Sal: mista
LANCHE TARDE	Maçã, melancia Sanduíche de queijo	Manga, banana Panqueca americana	Mamão, melão Bolo de aipim c/ coco	Frutas variadas Pão batido de moranga c/ schimier	Salada de frutas iogurte c/ uva passa e aveia
JANTAR/	Arroz amarelo, ovo cozido, brócolis refogados, lentilha, Sal: mista	Escondidinho de polenta c/ carne, espinafre picadinho. Sal: mista	Macarrão aos molhos de queijo e de frango c/ ervilhas. Sal: mista	Carreteiro de coraçãozinho, croquete de espinafre c/ batata, Sal: tomate	Macarrão ao sugo, nugets de frango, jardineira de legumes. Sal: alface

• **Observações:** Colação: somente com frutas da época. **Cardápio sujeito a alterações, em função da qualidade ou atraso do fornecedor.**

- Empanados e bolinhos salgados feitos no forno. Requeijão caseiro

- Suco natural sem açúcar ou água saborizada.



**ESCOLA
CONSTRUCTOR**