

CARDÁPIO – ESCOLA SANTA MARIA 2024

1ª SEMANA DE NOVEMBRO



S	04/11	T	05/11	Q	06/11	Q	07/11	S	08/11
SEGUNDA	Salada Repolho e milho	Salada Cenoura e beterraba	Salada de Brócolis e couve flor	Salada de Alface e tomate	Salada de Pepino e cenoura				
	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco				
	Feijão/ Caldo de feijão	Feijão/ Caldo de feijão	Feijão/ Caldo de feijão	Feijão/ Caldo de feijão	Feijão/ Caldo de Feijão				
	Macarrão à bolonhesa	Frango no molho	Carne moída refogada	Linguiça de frango assada	Peixe assado empanado				
	Chuchu cozido	Batata assada	Farofa de ovo	Creme de milho	Abobrinha cozida				
Sobremesa: Uva	Sobremesa: Banana	Sobremesa: Maçã	Sobremesa: Limonada	Sobremesa: Mousse de maracujá					

*cardápio sujeito a alterações em caso de falta de algum alimento que esteja fora de época

Julia Silva Padilla – NUTRICIONISTA CRN-3 57922

CARDÁPIO – ESCOLA SANTA MARIA 2024

2ª SEMANA NOVEMBRO



S	11/11	T	12/11	Q	13/11	Q	14/11	S	15/11
SEGUNDA	Salada alface e rúcula Arroz Branco Feijão/ Caldo de feijão Omelete de queijo Beterraba cozida Sobremesa: Salada de frutas: maçã, banana e manga	TERÇA	Salada Acelga e tomate Arroz Branco Feijão/ Caldo de feijão Isclas de frango ao molho Abobora cozida Sobremesa: Suco de abacaxi	QUARTA	Salada repolho e pepino Arroz Branco Feijão/ Caldo de feijão Carne de panela com batata Sobremesa: Mamão	QUINTA	Salada Cenoura e milho Arroz Branco Feijão/ Caldo de feijão Lasanha de queijo Chuchu cozido Sobremesa: Melancia	SEXTA	FERIADO

*cardápio sujeito a alterações em caso de falta de algum alimento que esteja fora de época

Julia Silva Padilla – NUTRICIONISTA CRN-3 57922

CARDÁPIO – ESCOLA SANTA MARIA 2024

3ª SEMANA DE NOVEMBRO



S	18/11	T	19/11	Q	20/11	Q	21/11	S	22/11
SEGUNDA	Salada de Alface e tomate Arroz Branco Feijão/ Caldo de feijão Frango desfiado cremoso Cenoura cozida Sobremesa: Banana	TERÇA	Salada de Beterraba e pepino Arroz Branco Feijão/ Caldo de feijão Isclas de carne com milho Repolho refogado Sobremesa: Melão	QUARTA	FERIADO	QUINTA	Salada de Alface lisa e repolho Arroz Branco Feijão/ Caldo de feijão Panqueca de carne Batata e chuchu cozido Sobremesa: Mexerica	SEXTA	Salada de Tomate e cenoura Arroz Branco Feijão/ Caldo de feijão Peixe ao molho Purê de abobora Sobremesa: Maçã

*cardápio sujeito a alterações em caso de falta de algum alimento que esteja fora de época

Julia Silva Padilla – NUTRICIONISTA CRN-3 57922

CARDÁPIO – ESCOLA SANTA MARIA 2024

4ª SEMANA DE NOVEMBRO



S SEGUNDA	25/11	T TERÇA	26/11	Q QUARTA	27/11	Q QUINTA	28/11	S SEXTA	29/11
	Salada de Cenoura e milho		Salada de Couve e tomate		Salada de Vinagrete		Salada de Repolho e acelga		Salada de Alface lisa e tomate
	Arroz Branco		Arroz Branco		Arroz Branco		Arroz Branco		Arroz Branco
	Feijão/ Caldo de feijão		Feijão/ Caldo de feijão		Feijoada com Linguiça de Frango		Feijão/ Caldo de feijão		Feijão/ Caldo de feijão
	Ovos mexidos		Rocambole de carne com queijo		Couve refogada		Carne de panela		Macarrão com atum
	Beterraba cozida		Polenta		Farofa simples		Batata doce cozida		Vagem cozida
	Sobremesa: Suco de manga		Sobremesa: Mamão		Sobremesa: Laranja		Sobremesa: Morango		Sobremesa: Bolo de cenoura

*cardápio sujeito a alterações em caso de falta de algum alimento que esteja fora de época

Julia Silva Padilla – NUTRICIONISTA CRN-3 57922