

Cardápios Mês de Abril 2026

1ª semana (06 a 10)

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da manhã	Suco de frutas Tapioca de peito de perú e mussarela	Suco de frutas Omelete	Chá natural Pão integral ao forno com requeijão	Chá natural Pão de queijo	Chá natural Bolo de côco
Almoço	Arroz Feijão preto com lingüiça de pernil Couve (orgânica) refogada com ovos Salada mix de folhas (orgânicas)	Arroz e feijão Penine rigate ao molho de redução de tomate e pedacinhos de queijo branco Salpicão de frango	Arroz e feijão Peixe alla Mugnaia (grelhado na manteiga) Legumes orgânicos (cenoura, abobrinha e batata salsa) no leite de côco Salada de repolho verde (orgânico)	Arroz com pedacinhos de cenoura Feijão Perú desossado ao forno Farofinha crocante com castanhas e pedacinhos de banana passa Salada de alface americana (orgânica) e manga	Risoto cremoso de carne e abóbora (orgânica) Feijão Salada cozida mix de couve flor e brócolis (orgânico)
Lanche da tarde	Chá natural Biscoito cream cracker com geléia de cereja francesa (só fruta sem açúcar) Maçã picadinha	Suco de frutas Sanduíche de mini pãozinho de espinafre com cream cheese e pedacinhos de lombo canadense Banana picadinha	Suco de frutas Frutas picadas com iogurte grego e granola	Chá natural Sequillo caseiro de limão Mamão picadinho	Suco de frutas Pão francês com pernil de panela desfiado Caqui picadinho
Jantar	Creme de raízes (mandioca, batata salsa, cenoura, abóbora e frango desfiado)	Sopa tradicional de feijão com carne, batata e macarrãozinho	Lentilha all'italiana	Spirali ao molho primavera (molho branco, ervilhas frescas e pedacinhos de tender ao forno)	Sopa de verduras e variedades de arroz
Comidinha em Casa	Spaghetti na manteiga Mignon ao molho de queijo tipo Camembert		Creme de batata e bacon com torradas ao perfume de alecrim		Lasagna alla Vicentina (Creme de abóbora orgânica e seleção de queijos especiais)

2ª semana (13 a 17)

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da manhã	Chá natural Pão fatiado ao forno com mussarela e orégano	Suco de frutas Orelha de gato (sem açúcar)	Chá natural Biscoito de polvilho	Chá natural Panqueca de banana, aveia e cacau	Chá natural Chipa assada
Almoço	Arroz e feijão Fricassê de frango Repolho verde e cenoura (orgânicos) refogados Salada de chuchu(orgânico) e cheiro verde	Arroz e feijão Lombo suíno assado Banana à milanesa Salada mix de folhas (orgânicas) e gergelim	Arroz e feijão Panquecas de espinafre (orgânico) alla Bolognese Maionese de legumes	Arroz e feijão Gnocchi alla romana ao ragú de frango Salada mista de legumes orgânicos cozidos (cenoura, abobrinha e vagem)	Arroz e feijão Escondidinho de carne desfiada e mandioca Abobrinha (orgânica) refogada Salada de alface (orgânica) e tomate cereja (orgânico)
Lanche da tarde	Chá natural Biscoito caseiro de amendoim Maçã picadinha	Chá natural Pão francês integral com requeijão Banana picadinha	Chá natural Bolo integral de canela Laranja picadinha	Suco de frutas Sanduíche de queijo cremoso e peru assado desfiado Mix de abacaxi e manga	Chá natural Pão sovado com geléia caseira de abacaxi e gengibre sem açúcar (receita do chef Max) Melão picadinho com uvas passas
Jantar	Sopa tradicional de legumes e carne	Pennoni (massa italiana) ao pesto de manjericão	Risoto alla Norma (berinjela)	Sopa de quirerinha com carne suína desfiada	Creme de legumes
Comidinha em Casa	Ravioli de carne ao molho quatro queijos		Pasta e Fagioli (Receita típica Napoletana)		Arroz branco Batata souté Mignon ao molho de queijo Emmental

3ª semana (22 a 24)

Refeição	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da manhã	Chá natural Pão integral ao forno com requeijão	Chá natural Pão de queijo	Chá natural Bolo de côco
Almoço	Arroz e feijão Fusilli com bacon, ovos e brócolis (orgânico) Salada de beterraba	Arroz e feijão Quiche de alho poró e tomatinho cereja orgânicos Mix de quinoas com abobrinha (orgânica) e cenoura	Arroz e feijão Chester ensopado Polenta mole Salada de cenoura cozida, palmito e milho
Lanche da tarde	Suco de frutas Frutas picadas com iogurte grego e granola	Chá natural Sequillo caseiro de limão Mamão picadinho	Suco de frutas Pão francês com pernil de panela desfiado Caqui picadinho
Jantar	Risoto de abobrinha e mix de funghis	Sterline (massa italiana) al pomodoro	Creme de abóbora e frango desfiado
Comidinha em Casa	Caldo verde (verduras orgânicas)		Gnocchi ao ragú italiano

4ª semana (27 a 30)

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira
Lanche da manhã	Chá natural Pão fatiado ao forno com mussarela e orégano	Suco de frutas Orelha de gato caseira (sem açúcar)	Suco de frutas Omelete	Chá natural Panqueca de banana, aveia e cacau
Almoço	Arroz e feijão Casarecce (tipo de massa italiana) ao molho de atum e tomates Salada mix de alfaces (orgânicas) e beterraba ralada	Arroz e feijão Peixe grelhado Batata doce ao forno Salada mix de legumes (orgânicos) cozidos	Arroz e feijão Peito de frango recheado com ervas finas ao forno Batata souté Salada de pepino e tomate	Arroz e feijão Fusilli tricolori ao molho de queijos e pedacinhos de frango Salada mix de folhas (orgânicas)
Lanche da tarde	Chá natural Biscoito caseiro de amendoim Maçã picadinha	Chá natural Pão francês integral com requeijão Banana picadinha	Chá natural Bolo integral de canela Laranja picadinha	Suco de frutas Sanduíche de queijo cremoso e peru assado desfiado Mix de abacaxi e manga
Jantar	Creme de feijão com legumes (chuchu, cenoura, batata)	Polenta ao molho de músculo	Capellini ao ragú italiano	Sopa andina (legumes e variedades de quinoa)
Comidinha em Casa	Arroz branco Fricassê de frango		Creme de batata salsa e costelinha desfiada	

Seleção de sucos naturais:

Abacaxi
Abacaxi e limão
Maracujá
Maracujá e basílico
Maçã e melancia
Mamão
Manga e Laranja
Melancia
Morango
Limão
Limão e couve manteiga
Limão e basílico
Melão
Laranja
Laranja, cenoura e gengibre
Laranja, cenoura e mamão
Laranja e mamão
Laranja e morango
Laranja, morango e gengibre
Pêssego

Seleção de chás naturais:

Camomila
Capim cidreira (pequena horta da escola)
Erva doce (pequena horta de escola)
Funcho
Frutas vermelhas
Hibisco
Hortelã (pequena horta da escola)
Laranja
Maçã
Maçã e canela
Morango

Verduras e Legumes orgânicos da Chácara Gasparin e Filhos - Colombo

Morango orgânico da Chácara Irmãos Strapasson - Colombo