

Cardápios Mês de Junho 2026

1ª semana (01 a 03)

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira
Lanche da manhã	Chá natural Pão brioche com mussarela ao forno	Chá natural Madeleine francesa	Suco de frutas Frutas picadas com aveia
Almoço	Arroz e feijão preto Omelete de forma colorido (pimentão amarelo, verde e vermelho e tomate cereja orgânicos) Farofa crocante com bacon Salada mix de folhas (orgânicas)	Arroz e feijão Mix de quinoa, abobrinha e cenoura (orgânicos) Pastel de palmito Salada de brócolis (orgânico) e milho	Arroz e feijão Polenta mole all'Umbria (molho de tomates e mix de carne) Maionese de legumes
Lanche da tarde	Chá natural Pão com gotas de cacau Mix de melão amarelo e orange picadinhos	Suco de frutas Cachorro quente (salsicha de frango) e maçã picadinha	Chá natural Biscoito italiano frollini Banana picadinha
Jantar	Creme de feijão e legumes (batata, cenoura e vagem)	Risoto alla Norma (berinjela)	Creme de raízes (batata, mandioca, cenoura, batata salsa, batata doce), abóbora (orgânica) e carne desfiada
Comidinha em Casa	Medalhão de mignon ao molho de queijo Brie Arroz branco Batata souté		Lasagna tradicional ao ragú italiano

2ª semana (08 a 12)

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da manhã	Suco de frutas Omelete de forno	Chá natural Chipa assada	Suco de frutas Tapioca de mussarela e peito de peru	Chá natural Pão caseiro integral com requeijão	Suco de frutas Frutas picadas com gotas de maple canadense (seiva da árvore bordo, 100% natural e orgânica, com sabor naturalmente adocicado)
Almoço	Arroz e feijão Spaghetti quattro formaggi Iscas de frango empanado ao forno Salada de alface (orgânica) e beterraba ralada (orgânica)	Arroz e lentilha Charutinho de repolho (orgânico) com arroz e carne moída Kibe assado Salada tabule com pepino, cebola e tomate cereja (orgânico)	Arroz e feijão Rondelli fresco de ricota e espinafre (orgânico) ao molho branco Salada mista de legumes (orgânicos)	Arroz colorido (legumes orgânicos) e milho verde Feijão Coxa e sobrecoxa desossada com ervas Salada tipo Waldorf (com maçã e uvas passas)	Arroz Feijoada de legumes e pedacinhos de pernil Farofinha de ovos Salada mix de brócolis (orgânico) e cenoura cozida
Lanche da tarde	Leite morninho com cacau Biscoito folhado salgado Maçã picadinha	Suco de frutas Falsa pizza (pão fatiado sem casca, molho natural de tomate, mussarela e ovos cozidos) Banana picadinha em calda natural de laranja	Chá natural Biscoito integral de cereais Salada de frutas	Suco de frutas Sanduíche de carne moída Tomate cereja (orgânico)	Chá natural Plumcake italiano de laranja Caqui picadinho
Jantar	Sopa portuguesa (feijão branco e legumes)	Creme de abóbora e frango desfiado	Grão de bico all'italiana	Creme de palmito e alho poró	Canja de galinha
Comidinha em Casa	Ravioloni de maçã e nozes e molho Alfredo		Nossa maravilhosa Canja de galinha		Spaghetti italiano na manteiga ao molho de queijos com pedacinhos de mignon

3ª semana (15 a 19)

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da manhã	Chá natural Pão brioche com mussarella ao forno	Chá natural Madeleine francesa	Suco de frutas Frutas picadas com aveia	Chá natural Pão de mel sem cobertura	Suco de frutas Mamão picadinho com iogurte de frutas
Almoço	Arroz e feijão Lingüiça grelhada de frango Farofa de alho poró (orgânico) e cenoura Salada de feijão Azuki com tomate cereja (orgânico)	Arroz e feijão Risoto ao pomodoro Isclas de peixe empanadas Salada mix de folhas (orgânicas) e azeitonas picadinhas	Arroz e feijão Pernil de panela Farofinha de banana Salada de repolho roxo (orgânico) e abacaxi	Arroz e feijão Pasta mista ao forno alla Siciliana (carne moída com ervilhas frescas, molho sugo e mussarella) Salada de beterraba (orgânica) cozida	Arroz e feijão Empadão de frango e palmito Maionese de legumes
Lanche da tarde	Chá natural Pão com gotas de cacau Mix de melão amarelo e orange picadinhos	Suco de frutas Cachorro quente (salsicha de frango) e maçã picadinha	Chá natural Biscoito italiano frollini Banana picadinha	Suco de frutas Sanduíche com patê de ovos Mamão picadinho	Chá natural Pão sovado com requeijão Mix de abacaxi e manga picadinhos
Jantar	Spaghetti ao molho de atum	Sopa verduras (orgânicas) e variedades de quinoa	Creme carioca (arroz e feijão batidos com carne desfiada)	Creme de batata e abobrinha italiana	Sopa tradicional de feijão com carne, batata e macarrãozinho
Comidinha em Casa	Peito de frango alla parmiggiana Arroz branco Legumes orgânicos na manteiga		Capeletti in brodo		Creme de batata salsa e costelinha desfiada

4ª semana (22 a 26)

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da manhã	Suco de frutas Omelete de forno	Chá natural Chipa assada	Suco de frutas Tapioca de mussarella e peito de peru	Chá natural Pão caseiro integral com requeijão	Suco de frutas Frutas picadas com gotas de maple canadense (seiva da árvore bordo, 100% natural e orgânica, com sabor naturalmente adocicado)
Almoço	Arroz e feijão Frango assado crocante Abobrinha refogada Salada de tomate cereja (orgânico) e queijo branco	Arroz e feijão Peixe alla Mugnaia Legumes (cenoura, batata salsa, batata e abobrinha) refogados no leite de côco Salada de alface americana(orgânica) e palmito	Arroz e feijão Yakissoba de frango e legumes (orgânicos) Couve flor empanada Salada de folhas (orgânicas) e sementes	Arroz de brócolis Feijão Perú desossado ao forno Farofinha crocante com castanhas e pedacinhos de banana passa Maionese de legumes	Arroz e feijão Spiralli ao alho poró (orgânico), tomatinho cereja (orgânicos) e pedacinhos de frango Salada mista de legumes (orgânicos)
Lanche da tarde	Leite morninho com cacau Biscoito folhado salgado Maçã picadinha	Suco de frutas Falsa pizza (pão fatiado sem casca, molho natural de tomate, mussarella e ovos cozidos) Banana picadinha em calda natural de laranja	Chá natural Biscoito integral de cereais Salada de frutas	Suco de frutas Sanduíche de carne moída Tomate cereja (orgânico)	Lanche junino Festa Junina interna Suco de frutas Bolo de fubá Torta salgada do campo Milho cozido
Jantar	Penne alla Siciliana (couve flor)	Risoto de mix de funghis e abobrinha	Sopa de fubá com carne desfiada e couve manteiga (orgânico)	Pasta e fagioli (Receita típica napoletana)	Creme de legumes
Comidinha em Casa	Caneloni de carne ao molho misto branco e sugo italiano		O nosso Caldo verde com batata, calabresa e couve manteiga (orgânica)		Gnocchi alla romana ao ragú de frango

5ª semana (29/06 a 03/07)

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da manhã	Chá natural Pão brioche com mussarella ao forno	Chá natural Madeleine francesa	Suco de frutas Frutas picadas com aveia	Chá natural Pão de mel sem cobertura	Suco de frutas Mamão picadinho com iogurte de frutas
Almoço	Arroz e feijão Strogonoff de frango Batata palha Salada de alface verde e roxa (orgânicas) vinagrete suave de pimentões coloridos (orgânicos)	Arroz e feijão Polenta cremosa Chester ao molho Salada mista de legumes (orgânicos)	Arroz e feijão Lasanha de abóbora (orgânica) e queijos Salada Ceasar com folhas (orgânicas) e pedacinhos de frango	Arroz e feijão Spaghetti na manteiga Polpetone de carne recheado com mussarella Salada de repolho (orgânico) e tomate	Arroz e feijão Lingüiça de pernil grelhada Farofinha crocante Maionese de legumes
Lanche da tarde	Chá natural Pão com gotas de cacau Mix de melão amarelo e orange picadinhos	Suco de frutas Cachorro quente (salsicha de frango) e maçã picadinha	Chá natural Biscoito italiano frollini Banana picadinha	Suco de frutas Sanduíche com patê de ovos Mamão picadinho	Chá natural Pão sovado com requeijão Mix de abacaxi e manga picadinhos
Jantar	Penne tricolori ao molho branco	Sopa de verduras e variedades de arroz	Sopa de quirerinha e carne suína desfiada	Creme de ervilhas com crocante de presunto	Risoto de frango tipo de Santa Felicidade
Comidinha em Casa	Crespelle (tipo de panqueca italiana) recheada com pedacinhos suculentos de frango ao molho de queijos		Pasta e Fagioli (Receita tradicional Napoletana)		Lasagna de ricota (Mozzarellart) e espinafre (orgânico) ao molho branco

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:

Abacaxi e canela
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