

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO PROGRAMADA

1ª Semana (1º Semestre) / 2025 - Infantil 1 e 2



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE (MANHÃ)	Sorbet de manga com banana Opção de fruta: manga e banana com leite em pó	Rodelinhas de laranja, Bolinho caseiro de banana, Suco de cajá	Smoothie de frutas (maracujá, banana e laranja) Suco de uva	Melancia Panquequinha de banana com cacau	Colorê de frutas com granola Suco de caju
ALMOÇO	Strogonoff de carne/ Tirinhas de filé de frango Feijão preto Arroz à grega/ Arroz branco Talharim ao alho e óleo Salada crua e cozida Suco: maracujá / laranja Sobremesa: manga / maçã	Filé de frango gratinado com tomate e queijo / Bife grelhado Feijão carioca com abóbora / Arroz branco Salada crua e cozida Suco: cajá / tangerina Sobremesa: banana / goiaba	Cubinhos de carne ao molho com ervilha / Cubinhos de filé de frango grelhado Feijão preto com batata doce Arroz branco Espaguete integral temperado Salada crua e cozida Suco: uva / maracujá Sobremesa: melão / uva	Suíno trinchado suculento com azeitona e milho / Jardineira de carne moída Feijão carioca com espinafre Arroz branco / Purê de batata com cenoura Salada crua e cozida Suco: morango / acerola Sobremesa: melancia / banana	Feijoada nutritiva / Peixe crocante Arroz refogado com couve-manteiga / Arroz branco Farofa com beterraba Salada crua e cozida Suco: cajá / caju
LANCHE (TARDE)	Pedacinhos de sapoti, Sanduíche de queijo coalho crocante	Sorvetinho de goiaba, Opção: pãozinho de leite com geleia de frutas	Creminho de abacate (abacate e leite em pó)	Rodelinhas de banana com aveia, Sorbet de frutas (acerola e morango)	Uva roxa*, mamão, banana e melão *Sem caroço

Observações:

- ✓ Vale destacar que nós buscamos trabalhar com alimentos frescos e adquiridos com criteriosa seleção. Neste sentido, o cardápio está sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado.
- ✓ O Colégio Christus trabalha com a autogestão, produzindo todos os alimentos que oferece no cardápio para os alunos, como bolo, pão, cookies, e garantindo uma alimentação mais saudável, segura, balanceada, livre de conservante, açúcar e aditivos químicos.

Nutricionista Responsável: **Camila Moura (CRN/6 - 12742)**

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO PROGRAMADA

2ª Semana (1º Semestre) / 2025 - Infantil 1 e 2



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE (MANHÃ)	Pedacinhos de mamão com aveia e granola, Suco de cajá	Gominhos de tangerina, Panquequinha de banana e cacau, Suco de goiaba	Rodelinhas de laranja, Bisnaguinha de cenoura com requeijão, Suco de uva	Creminho de maracujá com banana e aveia	Banana Acompanhamento: granola ou leite em pó, Pão de leite com queijo, Suco de maracujá
ALMOÇO	Bife grelhado com queijo e molho de tomate / Filé de frango grelhado Talharim refogado com azeite e milho Arroz branco / Feijão preto Salada crua e cozida Suco: maracujá / cajá Sobremesa: mamão / goiaba	Strogonoff de frango / Batata palha Carne de sol desfiada Feijão carioca com abóbora Farofa de cuscuz Arroz branco Salada crua e cozida Suco: acerola / goiaba Sobremesa: uva / maçã	Isclas de frango ao molho nutritivo Bife grelhado suculento Feijão preto Arroz branco Purê de batata Salada crua e cozida Suco: uva / cajá Sobremesa: laranja / manga	Tulipinha de frango ao molho do chef / Picadinho de carne com legumes na chapa Baião de dois Arroz branco Farofa enriquecida com cenoura Salada crua e cozida Suco: maracujá / uva Sobremesa: maçã / tangerina	Isclas de peixe à milanesa Acompanhamento: molho rosé Tirinha de carne ao molho madeira Feijão preto Arroz branco Salada crua e cozida Suco: tangerina / cajá Sobremesa: banana / melancia
LANCHE (TARDE)	Creminho de goiaba com banana	Rodelinhas de banana, Cookies caseiro de aveia com passas, Suco de acerola	Pedacinhos de manga com iogurte natural	Gominhos de tangerina, Pãozinho de cenoura com ricota, Suco de uva	Melancia, Bolinho caseiro de cenoura, Suco de cajá

Observações:

- ✓ Vale destacar que nós buscamos trabalhar com alimentos frescos e adquiridos com criteriosa seleção. Neste sentido, o cardápio está sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado.
- ✓ O Colégio Christus trabalha com a autogestão, produzindo todos os alimentos que oferece no cardápio para os alunos, como bolo, pão, cookies, e garantindo uma alimentação mais saudável, segura, balanceada, livre de conservante, açúcar e aditivos químicos.

Nutricionista Responsável: **Camila Moura (CRN/6 - 12742)**

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO PROGRAMADA

3ª Semana (1º Semestre) / 2025 - Infantil 1 e 2



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE (MANHÃ)	Melão, Sanduíche de queijo coalho crocante	Goiaba, Pãozinho de frango (Massa caseira de batata doce), Suco de tangerina	Cubinhos de melão, banana e uva roxa, Suco de maracujá	Creminho de manga (manga congelada com leite em pó)	Colorê de frutas com granola e aveia
ALMOÇO	Cozidinho de carne moída com legumes / Filé de frango trinchado Feijão preto com abóbora / Arroz branco Espaguete integral temperado Salada crua e cozida Suco: laranja / maracujá Sobremesa: manga / maçã	Carne assada com batata rústica ao forno / Cubinho de suíno ao molho madeira Feijão carioca com macaxeira / Arroz branco Purê de batata Salada crua e cozida Suco: tangerina / cajá Sobremesa: goiaba / banana	Tulipinha de frango suculenta ao forno / Bife pizzaiolo do chef Feijão preto com beterraba / Arroz branco com milho / Batata palito Salada crua e cozida Suco: Maracujá / Uva Sobremesa: melão / uva roxa*	Filé de frango recheado com queijo / Carne de panela com legumes Feijão carioca com espinafre Arroz com couve Farofa refogada com beterraba Salada crua e cozida Suco: acerola / morango Sobremesa: picolé de melancia / banana	Feijoada nutritiva do chef / Isclas de peixe crocante Arroz com cenoura / Torta de frango Salada crua e cozida Suco: cajá / caju Sobremesa: rodelinhas de laranja
LANCHE (TARDE)	Cubinhos de manga, Pão de queijo, Suco de maracujá	Banana Acompanhamento: Leite em pó, Bolinho caseiro de banana, Suco de cajá	Smoothie de frutas (acerola e morango)	Picolé de melancia, Cookies caseiro de cacau com aveia, Suco de acerola	Rodelinhas de laranja, Bolo caseiro de cenoura, Suco de caju

Observações:

- ✓ Vale destacar que nós buscamos trabalhar com alimentos frescos e adquiridos com criteriosa seleção. Neste sentido, o cardápio está sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado.
- ✓ O Colégio Christus trabalha com a autogestão, produzindo todos os alimentos que oferece no cardápio para os alunos, como bolo, pão, cookies, e garantindo uma alimentação mais saudável, segura, balanceada, livre de conservante, açúcar e aditivos químicos.

Nutricionista Responsável: **Camila Moura (CRN/6 - 12742)**

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO PROGRAMADA

4ª Semana (1º Semestre) / 2025 - Infantil 1 e 2



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE (MANHÃ)	Rodelinhas de laranja, Biscoito de arroz com ricota e geleia de frutas, Suco de maracujá	Maçã, Cookies caseiro de cacau e aveia, Suco de acerola	Creminho de manga (fruta congelada e leite em pó)	logurte natural com banana e passas	Melancia, Bolinho caseiro de cenoura, Suco de cajá
ALMOÇO	Strogonoff de carne / Batata palha Filé de frango suculento na manteiga Arroz branco Feijão preto com batata doce Espaguete ao alho e óleo Salada crua e cozida Suco: maracujá / cajá Sobremesa: laranja / mamão	Bife à milanesa Filé de frango Ao molho branco Feijão carioca enriquecido Arroz branco Purê de batata Salada crua e cozida Suco: acerola / goiaba Sobremesa: uva / maçã	Picadinho de carne na chapa com couve-flor / Suíno trinchado no molho colorido Feijão preto arroz branco / Arroz de forno à parmegiana Salada crua e cozida Suco: uva / caju Sobremesa: tangerina / manga	Panqueca de frango ao molho branco (à parte) / Contrafilé trinchado com batata souté Feijão preto com inhame Arroz à grega / Arroz branco Salada crua e cozida Suco: maracujá / acerola Sobremesa: laranja / maçã	Bife ao molho madeira / Iscas de peixe à milanesa Feijão carioca com espinafre / Arroz branco Espaguete integral temperado Salada crua e cozida Suco: tangerina / cajá Sobremesa: banana / melancia
LANCHE (TARDE)	Pedacinhos de mamão, banana e manga, Suco de cajá	Uva*, cupcake de cacau e baunilha, Suco de goiaba *Sem caroço	Gominhos de tangerina, Bisnaguinha de cenoura com ricota, Suco de uva	Sorbet de maracujá, banana e leite em pó	Banana Acompanhamento: granola, Pão de leite com ricota, Suco de tangerina

Observações:

- ✓ Vale destacar que nós buscamos trabalhar com alimentos frescos e adquiridos com criteriosa seleção. Neste sentido, o cardápio está sujeito a alterações conforme disponibilidade de mercado.
- ✓ O Colégio Christus trabalha com a autogestão, produzindo todos os alimentos que oferece no cardápio para os alunos, como bolo, pão, cookies, e garantindo uma alimentação mais saudável, segura, balanceada, livre de conservante, açúcar e aditivos químicos.

Nutricionista Responsável: **Camila Moura (CRN/6 - 12742)**