

# Cardápio Fund. 1

## Cardápio de Setembro 2024

1ª SEMANA	02-SEGUNDA	03-TERÇA	04-QUARTA	05- QUINTA	06 - SEXTA
<b>Lanche da manhã</b>	Leite com chocolate Pão francês com requeijão Fruta	Suco de frutas Cuscuz com ovos mexidos Fruta	Suco de frutas Sanduíche com molho de frango desfiado Fruta	Suco de frutas e crepioca recheada com queijo Fruta	Leite com flocos de milho sem açúcar Fruta
<b>Almoço</b>	Arroz / Feijão Carne desfiada com cenoura  Alface e tomate	Arroz/feijão Sobrecoxa de frango assada Escarola refogada Beterraba cozida	Arroz/feijão preto Cubos de pernil com cebola Virado de couve Tomate picadinho	Arroz//feijão Filezinho de frango Purê de abóbora Alface	Arroz/feijão Estrogonofe de carne Batata doce corada Alface
<b>Sobremesa</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Lanche da tarde</b>	Leite com chocolate Pão francês com requeijão Fruta	Suco de frutas Cuscuz com ovos mexidos Fruta	Suco de frutas Sanduíche com molho de frango desfiado Fruta	Suco de frutas e crepioca recheada com queijo Fruta	Leite com flocos de milho sem açúcar Fruta

Obs.1: O leite com chocolate e o café solúvel só são servidos para as crianças maiores de 3 anos.

Obs.2: Para a turma do Mini Maternal, será oferecido diariamente suco de frutas (sem açúcar) nos lanches.



**Educar**  
Colégio

Nutricionista Alzeni V. Alencar CRN3 9801

R. Felipe Camarão, 139 - Jardim Lindomar | Jandira/SP  
11 4707-1811 | [f](https://www.facebook.com/educarcolégio) / educarcolégio  
[admgeral@educarcolégio.com.br](mailto:admgeral@educarcolégio.com.br)  
[www.educarcolégio.com.br](http://www.educarcolégio.com.br)



# Cardápio Fund. 1

## Cardápio de Setembro 2024

2ª SEMANA	09- SEGUNDA	10-TERÇA	11 -QUARTA	12- QUINTA	13-SEXTA
<b>Lanche da manhã</b>	Leite com chocolate Pão francês com manteiga Fruta	Vitamina de manga Cokkie de banana com aveia Fruta	Suco de frutas Pão caseiro de inhame com requeijão Fruta	Chocolate quente Bolo de laranja Fruta	Suco de frutas Sanduíche com queijo quente Fruta
<b>Almoço</b>	Arroz / Feijão Ovos mexidos com abobrinha ralada Acelga e tomate	Arroz/feijão Isclas de frango com brócolis e couve-flor	Arroz/feijão Carne moída com abóbora Couve manteiga	Arroz//feijão Filezinho de frango grelhado  Tomate e chuchu	Arroz/feijão Peixe com batata, tomate e cebola Alface
<b>Sobremesa</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Gelatina natural de suco de uva
<b>Lanche da tarde</b>	Leite com chocolate Pão francês com manteiga	Vitamina de manga Cookie de banana com aveia Fruta	Suco de frutas Pão caseiro de inhame com requeijão Fruta	Chocolate quente Bolo de laranja Fruta	Suco de frutas Sanduíche com queijo quente Fruta

Obs.1: O leite com chocolate e café solúvel só são servidos para as crianças maiores de 3 anos.

Obs.2: Para a turma do Mini Maternal, será oferecido diariamente suco de frutas (sem açúcar) nos lanches.

Nutricionista Alzeni V. Alencar CRN3 9801

**Educar**  
Colégio

R. Felipe Camarão, 139 - Jardim Lindomar | Jandira/SP  
11 4707-1811 | [f](https://www.facebook.com/educarcolégio) / educarcolégio  
[admgeral@educarcolégio.com.br](mailto:admgeral@educarcolégio.com.br)  
[www.educarcolégio.com.br](http://www.educarcolégio.com.br)



# Cardápio Fund. 1

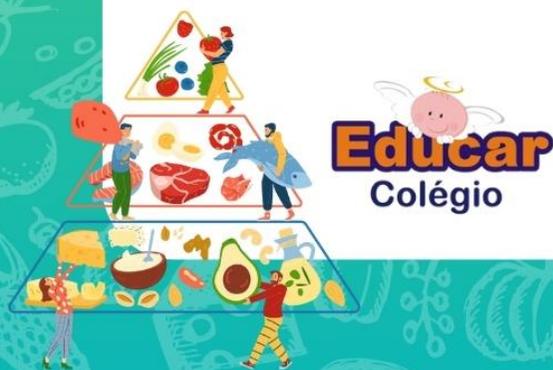
## Cardápio Setembro 2024

3ª SEMANA	16- SEGUNDA	17-TERÇA	18 -QUARTA	19- QUINTA	20-SEXTA
<b>Lanche da manhã</b>	Leite com chocolate Pão francês com requeijão Fruta	Vitamina de abacate Bolo de cenoura Fruta	Suco de frutas Cuscuz com ovos mexidos Fruta	Suco de fruta Bisnaguinha com patê de ricota Fruta	Sucrilhos sem açúcar com leite e morango picado
<b>Almoço</b>	Arroz / Feijão Carne moída com chuchu Acelga e tomate	Arroz/feijão Ovos mexidos Mista de alface e beterraba ralada	Arroz/feijão Sobrecoca de frango assado Tomate picadinho e repolho	Panqueca de carne moída com molho de tomate natural Brócolis e milho	Arroz/ feijão Frango com mandioquinha Espinafre refogado
<b>Sobremesa</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Sorvete caseiro de banana com chocolate
<b>Lanche da tarde</b>	Leite com chocolate Pão francês com requeijão Fruta	Vitamina de abacate Bolo de cenoura Fruta	Suco de frutas Cuscuz com ovos mexidos Fruta	Suco de fruta Bisnaguinha com patê de ricota Fruta	Sucrilhos sem açúcar com leite e morango picado

Obs.1: O leite com chocolate e café solúvel só são servidos para as crianças maiores de 3 anos.

Obs.2: Para a turma do Mini Maternal, será oferecido diariamente suco de frutas (sem açúcar) nos lanches.

Nutricionista Alzeni V. Alencar CRN3 9801



R. Felipe Camarão, 139 - Jardim Lindomar | Jandira/SP  
11 4707-1811 | [f](https://www.facebook.com/educarcolégio) / educarcolégio  
[admgeral@educarcolégio.com.br](mailto:admgeral@educarcolégio.com.br)  
[www.educarcolégio.com.br](http://www.educarcolégio.com.br)



# Cardápio Fund. 1

## Cardápio de setembro 2024

4ª SEMANA	23- SEGUNDA	24-TERÇA	25-QUARTA	26- QUINTA	27-SEXTA
<b>Lanche da manhã</b>	Leite com chocolate Pão francês com manteiga Fruta	Suco de laranja com beterraba Broinha de fubá Fruta	Suco de frutas Sanduíche com carne moída Fruta	Suco de frutas Mini pizza de muçarela Fruta	Frutas picadas no potinho e iogurte (opcional aveia ou granola)
<b>Almoço</b>	Arroz / Feijão Ovos cozidos com tomate e batata Escarola refogada	Macarronada com carne moída e molho de tomate natural Alface e berinjela	Arroz/feijão preto Frango assado Couve manteiga refogada Cenoura ralada	Arroz/feijão Carne desfiada com couve-flor Beterraba cozida	Arroz / Feijão Filezinho de frango Creme de milho Brócolis
<b>Sobremesa</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Lanche da tarde</b>	Leite com chocolate Pão francês com manteiga Fruta	Suco de laranja com beterraba Broinha de fubá Fruta	Suco de frutas Sanduíche com carne moída Fruta	Suco de frutas Mini pizza de muçarela Fruta	Frutas picadas no potinho e iogurte (opcional aveia ou granola)

Obs.1: O leite com chocolate e café solúvel só são servidos para as crianças maiores de 3 anos.

Obs.2: Para a turma do Mini Maternal, será oferecido diariamente suco de frutas (sem açúcar) nos lanches

Nutricionista: Alzeni V. Alencar CRN3 9801

**Educar**  
Colégio

R. Felipe Camarão, 139 - Jardim Lindomar | Jandira/SP  
11 4707-1811 | [f](#) / educarcolégio  
admgeral@educarcolégio.com.br  
www.educarcolégio.com.br



# Cardápio Fund. 1

## Cardápio de Setembro 2024

5ª SEMANA	30- SEGUNDA				
Lanche da manhã	Leite com chocolate Pão francês com requeijão Fruta				
Almoço	Arroz / Feijão Carne moída com batata Escarola refogada				
Sobremesa	Fruta				
Lanche da tarde	Leite com chocolate Pão francês com requeijão Fruta				

Obs.1: O leite com chocolate e café solúvel só são servidos para as crianças maiores de 3 anos.

Obs.2: Para a turma do Mini Maternal, será oferecido diariamente suco de frutas (sem açúcar) nos lanches

Nutricionista: Alzeni V. Alencar CRN3 9801

**Educar**  
Colégio

R. Felipe Camarão, 139 - Jardim Lindomar | Jandira/SP  
11 4707-1811 | [f](#) / educarcolégio  
[admgeral@educarcolégio.com.br](mailto:admgeral@educarcolégio.com.br)  
[www.educarcolégio.com.br](http://www.educarcolégio.com.br)

