CARDÁPIO BEM NUTRIR –TURNO COMPLEMENTAR INFANTIL 4 AO FUNDAMENTAL – NOVEMBRO 2026

- Os cardápios são elaborados por nutricionista considerando o valor nutricional necessário para cada criança.
- Os lanches são preparados na escola obedecendo todas as normas de segurança alimentar.
- Temos opções fixas de troca (sanduíche, tapioca, bolo) caso a criança não aceite o lanche pricipal.
- os Sucos não são adoçados com açúcar (à parte)

DATA	DIA	ALIMENTO	FRUTA	BEBIDA
02/11/2026	Segunda– Feira	**FERIADO- FINADOS**		
03/11/2026	Terça -Feira	Muffin de cacau	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
04/11/2026	Quarta– Feira	Pãozinho de queijo mineiro	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
05/11/2026	Quinta – Feira	Panqueca de banana com mel	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
06/11/2026	Sexta– Feira	Crepioca à pizzaiolo	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
09/11/2026	Segunda – Feira	Acaí+ leite+ granola	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
10/11/2026	Terça -Feira	Mini cheeseburger caseiro	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
11/11/2026	Quarta– Feira	Bolo mesclado	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
12/11/2026	Quinta– Feira	Brioche com frango desfiado	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
13/11/2026	Sexta– Feira	Polvilho com creme de beterraba	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
16/11/2026	Segunda – Feira	Tapioca de queijo	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
17/11/2026	Terça -Feira	Wrap de banana com doce de leite	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
18/11/2026	Quarta– Feira	Cupcake de laranja	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
19/11/2026	Quinta– Feira	Torradinha + creme de queijo	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
20/11/2026	Sexta– Feira	**FERIADO- *consciência* negra**		
23/11/2026	Segunda – Feira	Iogurte com cereal	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
24/11/2026	Terça -Feira	Sanduíche colorido creme de beterraba e creme de cenoura	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
25/11/2026	Quarta– Feira	Brownie de batata doce	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
26/11/2026	Quinta – Feira	Pão pizza	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
27/11/2026	Sexta– Feira	Donuts de cenoura	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
30/11/2026	Segunda – Feira	Chips de batata doce	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada