CARDÁPIO BEM NUTRIR – 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	Waffle com calda	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
04/11/2026	Quarta– Feira	Brownie de banana com cacau	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
05/11/2026	Quinta – Feira	Pão de batata com patê de queijo	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
06/11/2026	Sexta– Feira	Bolo de beterraba	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
09/11/2026	Segunda – Feira	Iogurte com cereal	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
10/11/2026	Terça -Feira	Muffin de frutas vermelhas	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
11/11/2026	Quarta– Feira	Cookies + sorvete caseiro	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
12/11/2026	Quinta– Feira	Wrap + creme de queijo	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
13/11/2026	Sexta– Feira	Bolachinha de arroz + geléia de fruta ou creme de queijo	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
16/11/2026	Segunda – Feira	Açaí + leite + banana	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
17/11/2026	Terça -Feira	Mini pizza caseira de mussarela	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
18/11/2026	Quarta– Feira	Cupcake de cenoura	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
19/11/2026	Quinta– Feira	Dadinho de tapioca + creme de ricota	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
20/11/2026	Sexta– Feira	**FERIADO- *consciência* negra**		
23/11/2026	Segunda – Feira	Polvilho + requeijão	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
24/11/2026	Terça -Feira	Cachorro quente de carne moída	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
25/11/2026	Quarta– Feira	Muffin de banana	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
26/11/2026	Quinta – Feira	Mini coxinha de batata ao forno	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
27/11/2026	Sexta– Feira	Sanduíche natural de frango com cenoura	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada
30/11/2026	Segunda – Feira	Tapioca de queijo	**Fruta**	Suco de fruta ou água saborizada