

## CARDÁPIO DE VERÃO - COLÉGIO CONEXÃO - 2025 - ABRIL- CIANORTE

### NÍVEL II E CONTRATURNO KIDS

#### 1ª SEMANA

1ª SEMANA					
	Segunda-feira 31	Terça-feira 01	Quarta-feira 02	Quinta-feira 03	Sexta Feira 04
<b>Lanche da Manhã</b>	Pão de Leite + Requeijão + Biscoito de Polvilho	Mini Hambúrguer Caseiro (Pão, Hambúrguer Enriquecido com Quinoa, Queijo Mussarela e Alface)	Pão de Leite + Panquequinha de Banana com Aveia	Pão Frânces + Queijo Mussarela	Bolo Mesclado (cacau + Uva Passa)
	Leite com Cacau	Suco de Frutas Vermelhas	Leite Batido com Banana e Morango	Suco de Abacaxi	Suco de Maracujá
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Prato Base</b>	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca
<b>Prato Principal + Acompanhamento</b>	Ovo Grelhado + Farofa de Legumes	Carne Moída ao Molho Sugo + Purê de Batata	Frango Assado + Polenta Cremosa com Molho de Tomate	Frango ao Molho + Macarrão ao Molho de Tomate	Estrogonoffe de Carne + Batata Palha
<b>Saladas</b>	Tomate + Pepino Japonês Picadinho	Alface Picadinho + Beterraba Cozida	Repolho com Cenoura Ralada + Alface	Pepino Japonês + Almeirão Picadinho	Cenoura Ralada + Tomate + Alface
<b>Lanche da Tarde</b>	Crepioica com Queijo Mussarela	Mini Hambúrguer Caseiro (Pão, Hambúrguer Enriquecido com Quinoa, Queijo Mussarela e Alface)	Pão de Leite + Panquequinha de Banana com Aveia	Pão Frânces + Queijo Mussarela	Bolo Mesclado (cacau + Uva Passa)
	Suco de Acerola	Suco de Frutas Vermelhas	Leite Batido com Banana e Morango	Chá Mate Pêssego Gelado	Suco de Maracujá
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas

**Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel**

**CRN 5180**

**CARDÁPIO DE VERÃO - COLÉGIO CONEXÃO - 2025 - ABRIL - CIANORTE**

**NÍVEL II E CONTRATURNO KIDS**

**2ª SEMANA**

	<b>Segunda-feira 07</b>	<b>Terça-feira 08</b>	<b>Quarta-feira 09</b>	<b>Quinta-feira 10</b>	<b>Sexta Feira 11</b>
<b>Lanche da Manhã</b>	Pãozinho de Leite com Requeijão + Panquequinha de Banana	Torta Salgada de Carne Moída com Milho	Pão de Queijo	Pão de Leite + Queijo Mussarela	Bolo de Fubá
	Suco de Acerola	Suco de Uva	Suco de Abacaxi	Leite Batido com Banana	Suco de Maracujá
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Prato Base</b>	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca
<b>Prato Principal + Acompanhamento</b>	Ovo Grelhado + Batata Rústica	Frango Assado + Quirera Cremosa com Molho de Tomate	Carne Moída com Batata	Carne de Panela com Cenoura em Cubos	Bobó de Frango + Farofa de Legumes
<b>Saladas</b>	Cenoura Ralada + Couve Picadinha	Beterraba Cozida + Alface + Tomate	Repolho com Cenoura Ralada + Alface	Pepino Japonês + Almeirão Picadinho	Cenoura Ralada + Tomate + Alface
<b>Lanche da Tarde</b>	Pãozinho de Leite com Requeijão + Biscoito de Polvilho	Torta Salgada de Carne Moída com Milho	Pão de Queijo	Pão de Leite + Queijo Mussarela	Bolo de Fubá
	Suco de Abacaxi	Suco de Uva	Suco de Abacaxi	Leite Batido com Banana	Suco de Maracujá
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas



**Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel**

**CRN 5180**

**CARDÁPIO DE VERÃO - COLÉGIO CONEXÃO - 2025 - ABRIL- CIANORTE**  
**NÍVEL II E CONTRATURNO KIDS**

<b>3ª SEMANA</b>					
	<b>Segunda-feira 14</b>	<b>Terça-feira 15</b>	<b>Quarta-feira 16</b>	<b>Quinta-feira 17</b>	<b>Sexta Feira 18</b>
<b>Lanche da Manhã</b>	Pão de Leite com Requeijão + Cookie de Banana com Aveia	Bolo de Laranja	Buraco Quente	Pão Frânces + Ovo Mexido	<b>Feriado - Sexta Feira Santa</b>
	Suco de Acerola	Suco de Abacaxi com Couve	Suco de Uva	Suco de Limão	
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	
<b>Prato Base</b>	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca	
<b>Prato Principal + Acompanhamento</b>	Ovo Mexido + Macarrão Parafuso ao Alho e Óleo	Frango Assado + Creme de Milho	Vaca Atolada	Frango Oriental (Cubos de Frango, Pimentão Amarelo, Abobrinha, Cebola e Cenoura + Molho Shoyo)	
<b>Salada</b>	Cenoura Ralada+ Tomate + Alface	Pepino Japonês + Cenoura Cozida	Tomate + Pepino Picadinhos	Beterraba Cozida + Tomate Picadinho	
<b>Lanche da Tarde</b>	Pão Sandubinha com Queijo Mussarela + Biscoito de Polvilho	Bolo de Laranja	Buraco Quente	Pão Frânces + Ovo Mexido ou Requeijão	
	Suco de Acerola	Suco de Abacaxi com Couve	Suco de Uva	Suco de Limão	
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	



**Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel**  
**CRN 5180**

**CARDÁPIO DE VERÃO - COLÉGIO CONEXÃO - 2025 - ABRIL - CIANORTE**

**NÍVEL II E CONTRATURNO KIDS**

**4ª SEMANA**

	Segunda-feira 21	Terça-feira 22	Quarta-feira 23	Quinta-feira 24	Sexta Feira 25
<b>Lanche da Manhã</b>	Feriado - Tiradentes	Pão de Leite Fatiado + Ovo Mexido	Pão de Queijo	Pão de Leite com Queijo Mussarela + Biscoito de Polvilho	Bolo de Cacau (Aniversarantes do mês)
		Suco de Morango	Suco de Abacaxi	Chá de Capim Cidreira	Suco de Acerola
		Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Prato Base</b>		Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca
<b>Prato Principal + Acompanhamento</b>		Ovo Grelhado + Macarrão ao Molho de Tomate Turbinado	Frango ao Molho Turbinado + Polenta Cremosa	Carne Moída ao Molho Sugo	Cubos de Frango com Molho de Tomate + Purê de Batata
<b>Saladas</b>		Tomate + Cenoura Ralada	Tomate + Cenoura Ralada	Beterraba Cozida + Almeirão	Couve Picadinha + Beterraba Cozida
<b>Lanche da Tarde</b>		Pão Sandubinha com Queijo Mussarela + Biscoito de Polvilho	Pão de Queijo	Pão de Leite Fatiado com Ovo Mexido	Bolo de Cacau (Aniversarantes do mês)
		Suco de Uva	Suco de Abacaxi	Chá de Capim Cidreira	Suco de Acerola
		Frutas	Frutas	Frutas	Frutas



**Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel**

**CRN 5180**

**CARDÁPIO DE VERÃO - COLÉGIO CONEXÃO - 2025 - ABRIL- CIANORTE**  
**NÍVEL II E CONTRATURNO KIDS**

**5ª SEMANA**

	<b>Segunda-feira 28</b>	<b>Terça-feira 29</b>	<b>Quarta-feira 30</b>	<b>Quinta-feira 01</b>	<b>Sexta Feira 02</b>
<b>Lanche da Manhã</b>	Pão de Leite + Requeijão + Geleia Caseira de Banana	Bolo de Cenoura Mesclado com Cacau	Mini Pão de Queijo de Batata Doce e Chia	Feriado - Dia do Trabalhador	Recesso - Dia do Trabalhador
	Chá Mate	Suco de Uva	Suco de Acerola		
	Frutas	Frutas	Frutas		
<b>Prato Base</b>	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Preto		
<b>Prato Principal + Acompanhamento</b>	Ovo "gordinho" + Macarrão Parafuso ao Pizzaiolo (Molho de Tomate, Presunto Picadinho, Queijo Mussarfela Picadinho e Orégano)	Frango Assado + Qirera Cremosa com Molho de Tomate	Bife de Panela Acebolado		
<b>Saladas</b>	Tomate + Cenoura Ralada	Alface Picadinho + Pepino Japonês + Beterraba Cozida	Cenoura Cozida + Tomate Picadinho		
<b>Lanche da Tarde</b>	Panqueca Americana	Bolo de Cenoura Mesclado com Cacau	Mini Pão de Queijo de Batata Doce e Chia		
	Suco de Abacaxi	Suco de Uva	Suco de Acerola		
	Frutas	Frutas	Frutas		



**Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel**  
**CRN 5180**