

CARDÁPIO DE INVERNO - COLÉGIO CONEXÃO - 2025 - SETEMBRO - CIANORTE

NÍVEL II E CONTRATURNO KIDS

1ª SEMANA

	Segunda-feira 01	Terça-feira 02	Quarta-feira 03	Quinta-feira 04	Sexta Feira 05
Lanche da Manhã	Pão de Leite + Requeijão + Biscoito de Polvilho	Crepioca com Queijo Mussarela	Pão Caseiro com Requeijão + Panquequinha de Banana com Aveia	Mini Pão de Leite + Queijo Mussarela	Bolo Mesclado (cacau + Baunilha Adoçado com Uva Passa)
	Leite com Cacau Quentinho	Suco de Frutas Vermelhas	Leite Batido com Banana e Morango	Suco de Abacaxi	Suco de Maracujá
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Prato Base	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca
Prato Principal + Acompanhamento	Ovo Grelhado + Farofa de Legumes	Carne Moída ao Molho Sugo + Purê de Batata	Frango Assado + Polenta Cremosa com Molho de Tomate	Estrogonoffe de Carne + Purê de Batata	Frango ao Molho + Macarrão ao Molho de Tomate
Saladas	Tomate + Pepino Japonês Picadinho	Alface Picadinho + Beterraba Cozida	Repolho com Cenoura Ralada + Alface	Pepino Japonês + Almeirão Picadinho	Cenoura Ralada + Tomate + Alface
Lanche da Tarde	Crepioca com Queijo Mussarela	Pão de Leite + Requeijão + Biscoito de Polvilho	Pão Caseiro com Requeijão + Panquequinha de Banana com Aveia	Mini Pão de Leite + Queijo Mussarela	Bolo Mesclado (cacau + Baunilha Adoçado com Uva Passa)
	Leite com Cacau Quentinho	Suco de Frutas Vermelhas	Leite Batido com Banana e Morango	Chá de Capim Cidreira	Suco de Maracujá
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas

Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel

CRN 5180

CARDÁPIO DE INVERNO - COLÉGIO CONEXÃO - 2025 - SETEMBRO - CIANORTE

NÍVEL II E CONTRATURNO KIDS

2ª SEMANA

	Segunda-feira 08	Terça-feira 09	Quarta-feira 10	Quinta-feira 11	Sexta Feira 12
Lanche da Manhã	Pãozinho de Leite com Requeijão + Panquequinha de Banana com Aveia	Torta Salgada de Carne Moída	Mini Pão de Queijo	Pão Caseiro + Queijo Mussarela	Bolo de Fubá
	Leite com Cacau Quentinho	Suco de Uva	Suco de Abacaxi	Suco de Acerola	Suco de Maracujá
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Prato Base	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca
Prato Principal + Acompanhamento	Ovo "gordinho" + Macarrão Parafuso ao Pizzaiolo (Molho de Tomate, Queijo Mussarela Picadinho e Orégano)	Carne Moída com Abóbora Cabotiá	Frango Assado + Quirera Cremosa com Molho de Tomate	Carne de Panela com Batata	Frango Grelhado Acebolado + Farofa de Legumes
Saladas	Tomate + Cenoura Ralada	Beterraba Cozida + Alface + Tomate	Repolho com Cenoura Ralada + Alface	Pepino Japonês + Almeirão Picadinho	Cenoura Ralada + Tomate + Alface
Lanche da Tarde	Pãozinho de Leite com Requeijão + Panquequinha de Banana com Aveia	Torta Salgada de Carne Moída	Mini Pão de Queijo	Pão Caseiro + Queijo Mussarela	Bolo de Fubá
	Suco de Abacaxi	Suco de Uva	Suco de Abacaxi	Suco de Acerola	Suco de Maracujá
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas



Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel

CRN 5180

CARDÁPIO DE INVERNO - COLÉGIO CONEXÃO - 2025 - SETEMBRO - CIANORTE
NÍVEL II E CONTRATURNO KIDS

3º SEMANA					
	Segunda-feira 15	Terça-feira 16	Quarta-feira 17	Quinta-feira 18	Sexta Feira 19
Lanche da Manhã	Pão de Leite com Requeijão + Biscoito de Polvilho	Bolo de Laranja	Queijo Quente + Biscoito de Polvilho	Pão de Forma + Ovo Mexido	Bolinho de Chuva
	Suco de Acerola	Suco de Abacaxi com Couve	Suco de Uva	Suco de Limão	Suco de Uva
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Prato Base	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca
Prato Principal + Acompanhamento	Ovo Mexido + Macarrão Parafuso ao Alho e Óleo	Frango Assado + Creme de Milho	Vaca Atolada	Estrogonoffe de Carne + Batata Palha	Frango ao Molho + Quirera Cremosa com Molho de Tomate
Salada	Cenoura Ralada+ Tomate + Alface	Pepino Japonês + Chuchu Cozido	Tomate + Pepino Picadinhos	Beterraba Cozida + Tomate Picadinho	Cenoura Ralada + Alface + Tomate
Lanche da Tarde	Pão de Leite com Queijo Mussarela + Biscoito de Polvilho	Bolo de Laranja	Queijo Quente + Biscoito de Polvilho	Pão de Forma + Ovo Mexido	Bolinho de Chuva
	Suco de Acerola	Suco de Abacaxi com Couve	Suco de Uva	Suco de Limão	Suco de Uva
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas



Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel
CRN 5180

CARDÁPIO DE INVERNO - COLÉGIO CONEXÃO - 2025 - SETEMBRO - CIANORTE

NÍVEL II E CONTRATURNO KIDS

4ª SEMANA

	Segunda-feira 22	Terça-feira 23	Quarta-feira 24	Quinta-feira 25	Sexta Feira 26
Lanche da Manhã	Pãozinho de Leite com Requeijão + Panquequinha de Maçã	Pão de Leite Fatiado + Ovo Mexido	Mini Pão de Queijo	Queijo Quente + Biscoito de Polvilho	Bolo de Cacau (Aniversarantes do mês)
	Suco de Acerola	Suco de Morango	Suco de Abacaxi	Chá de Capim Cidreira	Suco de Acerola
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Prato Base	Arroz Branco / Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca
Prato Principal + Acompanhamento	Ovo Grelhado + Batata Rústica Assada	Tirinhas de Carne Acebolada + 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
Saladas	Cenoura Ralada + Couve Picadinha	Tomate + Cenoura Ralada	Tomate + Cenoura Ralada	Beterraba Cozida + Almeirão	Couve Picadinha + Beterraba Cozida
Lanche da Tarde	Pão Caseiro com Requeijão + Panquequinha de Maçã	Queijo Quente + Biscoito de Polvilho	Mini Pão de Queijo	Pão Caseiro Fatiado + Ovo Mexido + Biscoito de Polvilho	Bolo de Cacau (Aniversarantes do mês)
	Suco de Abacaxi	Suco de Uva	Suco de Abacaxi	Chá de Capim Cidreira	Suco de Acerola
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas



Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel

CRN 5180

CARDÁPIO DE INVERNO - COLÉGIO CONEXÃO - 2025 - SETEMBRO - CIANORTE
NÍVEL II E CONTRATURNO KIDS

5ª SEMANA					
	Segunda-feira 29	Terça-feira 30	Quarta-feira 01	Quinta-feira 02	Sexta Feira 03
Lanche da Manhã	Pão de Leite com Requeijão + Biscoito de Arroz	Bolo de Cenoura com Uva Passa	Crepioca com queijo Mussarela	Mini Pão de Queijo	Torta de Legumes
	Chá de Erva Doce	Suco de Uva	Suco de Frutas vermelhas	Suco de Abacaxi	Suco de Acerola
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
	Prato Base	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Preto
Prato Principal + Acompanhamento	Ovo "gordinho" + Macarrão Parafuso ao Pizzaiolo (Molho de Tomate, Queijo Mussarela Picadinho e orégano)	Frango Assado + Quirera Cremosa com Molho de Tomate	Carne Moída ao Molho Sugo + Purê de Batata	Frango ao Molho Turbinado + Polenta Cremosa	Carne Moída com Batata + Creme de Milho
Saladas	Tomate + Cenoura Ralada	Alface Picadinho + Pepino Japonês + Beterraba Cozida	Alface Picadinho + Beterraba Cozida	Tomate + Cenoura Ralada	Cenoura Cozida + Tomate Picadinho
Lanche da Tarde	Crepioca com queijo Mussarela	Bolo de Cenoura com Uva Passa	Pão de Leite + Requeijão + Panquequinha de Banana	Mini Pão de Queijo	Torta de Legumes
	Suco de Abacaxi	Suco de Uva	Suco de Frutas vermelhas	Suco de Abacaxi	Suco de Acerola
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas

Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel

CRN 5180

