

## CARDÁPIO DE VERÃO - COLÉGIO CONEXÃO - 2026 - JUNHO - CAMPO MOURÃO

### BERÇÁRIO E NÍVEL I

#### 1ª SEMANA

	Segunda-feira 01	Terça-feira 02	Quarta-feira 03	Quinta-feira 04	Sexta Feira 05
<b>Lanche da Manhã</b>	Panquequinha de Banana com Aveia	Crepioica + Biscoito de Arroz Integral	Bolo Mesclado (Cenoura e Cacau)	Corpus Christi	Recesso Corpus Christi
	Suco de Uva Integral	Suco de Morango	Suco de Abacaxi		
	Frutas	Frutas	Frutas		
<b>Prato Base</b>	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Preto		
<b>Prato Principal + Acompanhamento</b>	Filé de Frango Grelhado + Macarrão ao Molho de Tomate	Ovo Mexido + Farofa de Legumes	Carne de Panela Desfiada + Polenta Cremosa com Molho de Tomate		
<b>Salada</b>	Tomate + Pepino Japonês Picadinho	Alface Picadinho + Beterraba Cozida	Repolho com Cenoura Ralada + Alface		
<b>Lanche da Tarde</b>	Crepioica com Queijo Mussarela	Pão de Leite + Requeijão + Biscoito de Polvilho	Bolo Mesclado (Cenoura e Cacau)		
	Suco de Uva Integral	Suco de Morango	Suco de Abacaxi		
	Frutas	Frutas	Frutas		

**Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel**

**CRN 5180**



# CARDÁPIO DE VERÃO - COLÉGIO CONEXÃO - 2026 - JUNHO - CAMPO MOURÃO

## BERÇÁRIO E NÍVEL I

### 2ª SEMANA

	Segunda-feira 08	Terça-feira 09	Quarta-feira 10	Quinta-feira 11	Sexta Feira 12
<b>Lanche da Manhã</b>	Pão Integral + Ovo Mexido + Biscoito de Arroz	Torta de Tapioca com Frango	Mini Pão de Queijo de Batata Doce	Panquequinha de Banana com Aveia	Bolo Mesclado (Baunilha+cacau)
	Suco de Limão	Suco de Abacaxi	Suco de Uva Integral	Suco de Acerola	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>	Frango ao Molho + Quirera Cremosa com Molho de Tomate	Ovo "gordinho" + Macarrão Parafuso ao Pizzaiolo (Molho de Tomate, Presunto Picadinho, Queijo Mussarela Picadinho e orégano)	Estrogonoffe de Carne + Batata Palha	Frango Grelhado + Legumes Assados (Batata + Cenoura + Abobrinha )	Carne Moída com Batata
<b>Saladas</b>	Alface + Tomate	Tomate + Cenoura Ralada	Beterraba Cozida + Tomate Picadinho	Brócolis Japonês + Tomate Picadinho	Cenoura Ralada + Tomate + Alface
<b>Lanche da Tarde</b>	Pão Integral + Ovo Mexido + Biscoito de Arroz	Torta de Tapioca com Frango	Mini Pão de Queijo de Batata Doce	Panquequinha de Banana com Aveia	Bolo Mesclado (Baunilha+cacau)
	Suco de Limão	Suco de Abacaxi	Suco de Uva Integral	Suco de Acerola	Suco de Maracujá
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas



**Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel**

**CRN 5180**

## CARDÁPIO DE VERÃO - COLÉGIO CONEXÃO - 2026 - JUNHO - CAMPO MOURÃO

### BERÇÁRIO E NÍVEL I

#### 3º SEMANA

	Segunda-feira 15	Terça-feira 16	Quarta-feira 17	Quinta-feira 18	Sexta Feira 19
<b>Lanche da Manhã</b>	Pão Integral com Requeijão + Biscoito de Arroz	Tortinha Salgada de Legumes	Crepioca + Mingau de Aveia	Bolinho de Batata Doce com Frango Assado	Panquequinha de Maçã
	Suco de Acerola	Suco de Abacaxi com Couve	Suco de Uva	Suco de Maracujá	Chá de Capim Cidreira
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
	<b>Prato Base</b>	Arroz Branco/Feijão Preto	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Carioca	Arroz Branco/Feijão Preto
<b>Prato Principal + Acompanhamento</b>	Frango Grelhado + Creme de Milho	Pernil Assado + Purê de Batata	Vaca Atolada	Ovo Mexido + Macarrão Parafuso ao Molho de Tomate	Tirinhas Bovina Acebolada + Polenta Cremosa
<b>Salada</b>	Cenoura Ralada+ Tomate + Alface	Pepino Japonês com Cenoura Ralada + Chuchu Cozido	Tomate + Beterraba Cozida	Cenoura Cozida + Couve	Alface + Tomate
<b>Lanche da Tarde</b>	Pão Integral com Requeijão + Biscoito de Arroz	Tortinha Salgada de Legumes	Crepioca + Mingau de Aveia	Bolinho de Batata Doce com Frango Assado	Panquequinha de Maçã
	Suco de Acerola	Suco de Abacaxi com Couve	Suco de Uva	Suco de Maracujá	Chá de Capim Cidreira
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas



**Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel**

**CRN 5180**

# CARDÁPIO DE VERÃO - COLÉGIO CONEXÃO - 2026 - JUNHO - CAMPO MOURÃO

## BERÇÁRIO E NÍVEL I

### 4ª SEMANA

	Segunda-feira 22	Terça-feira 23	Quarta-feira 24	Quinta-feira 25	Sexta Feira 26
Lanche da Manhã	Panquequinha de Banana + Biscoito de Arroz Integral	Muffin de Frango	Mini Pão de Batata Doce	Pão Integral Fatiado com Ovo Mexido	Bolo de Cacau (comemoração aniversariantes do mês)
	Suco de Acerola	Suco de Morango	Suco de Abacaxi	Suco de Limão	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	Frango ao Molho Turbinado + Legumes ao Forno	Ovo Grelhado + Batata Rústica Assada	Tirinhas de Carne Acebolada + Macarrão ao Molho de Tomate Turbinado	Estrogonofe de Frango + Batata Palha	Carne Moída ao Molho Sugo
Saladas	Cenoura Ralada + Couve Picadinha	Tomate + Cenoura Ralada	Tomate + Cenoura Ralada	Beterraba Cozida + Almeirão	Alface + Pepino Japonês
Lanche da Tarde	Panquequinha de Banana + Biscoito de Arroz Integral	Muffin de Frango	Mini Pão de Batata Doce	Pão Integral Fatiado com Ovo Mexido	Bolo de Cacau (comemoração aniversariantes do mês)
	Suco de Abacaxi	Suco de Uva Integral	Suco de Abacaxi	Suco de Limão	Suco de Acerola
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas



**Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel**

**CRN 5180**

# CARDÁPIO DE VERÃO - COLÉGIO CONEXÃO - 2026 - JUNHO - CAMPO MOURÃO

## BERÇÁRIO E NÍVEL I

### 5ª SEMANA

	Segunda-feira 29	Terça-feira 30	Quarta-feira 01	Quinta-feira 02	Sexta Feira 03
<b>Lanche da Manhã</b>	Pão Integral + Requeijão + Panquequinha de Banana	Torta Salgada de Frango	Mini Pão de Batata Doce	Panquequinha de Banana + Pão Integral + Requeijão	Bolo de Laranja (adoçado com Uva Passa)
	Chá de Capim Cidreira	Suco de Abacaxi com Couve	Suco de Uva	Suco de Limão	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
<b>Prato Principal + Acompanhamento</b>	Frango em Cubos Grelhado + Macarrão ao Molho de Tomate	Ovo "gordinho" + Purê de Batata	Pernil Assado + Mandioca Cozida	Carne Moída ao Molho Sugo + Polenta Cremosa	Estrogonoffe de Carne + Batata Palha
<b>Saladas</b>	Tomate + Pepino Japonês Picadinho	Pepino Japonês com Cenoura Ralada + Chuchu Cozido	Beterraba Cozida + Tomate Picadinho	Pepino Japonês + Almeirão Picadinho	Cenoura Ralada + Tomate + Alface
<b>Lanche da Tarde</b>	Crepioça + Panquequinha de Banana	Torta Salgada de Frango	Mini Pão de Batata Doce	Panquequinha de Banana + Pão Integral + Requeijão	Bolo de Laranja (adoçado com Uva Passa)
	Chá de Capim Cidreira	Suco de Abacaxi com Couve	Suco de Uva	Suco de Limão	Suco de Maracujá
	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas



**Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel**

**CRN 5180**