

CARDÁPIO DE VERÃO - COLÉGIO CONEXÃO - 2026 - JUNHO - CIANORTE

NÍVEL III, IV, V E FUNDAMENTAL I

1ª SEMANA

| | Segunda-feira 01 | Terça-feira 02 | Quarta-feira 03 | Quinta-feira 04 | Sexta Feira 05 |
|---|---|---|--|-----------------|------------------------|
| Lanche da Manhã | Pão de Leite + Doce de Leite ou Geléia de Morango | Crepioca com Queijo Mussarela | Bolo Mesclado (Cenoura e Chocolate) | Corpus Christi | Recesso Corpus Christi |
| | Leite com Chocolate | Suco de Morango | Suco de Abacaxi | | |
| | Frutas | Frutas | Frutas | | |
| Prato Base | Arroz Branco/Feijão Preto | Arroz Branco/Feijão Carioca | Arroz Branco/Feijão Preto | | |
| Prato Principal + Acompanhamento | Filé de Frango Grelhado + Macarrão ao Molho de Tomate | Ovo Mexido + Farofa de Legumes | Carne de Panela Desfiada + Polenta Cremosa com Molho de Tomate | | |
| Salada | Tomate + Pepino Japonês Picadinho | Alface Picadinho + Beterraba Cozida | Repolho com Cenoura Ralada + Alface | | |
| Lanche da Tarde | Crepioca com Queijo Mussarela | Pão de Leite + Doce de Leite ou Geléia de Morango | Bolo Mesclado (Cenoura e Chocolate) | | |
| | Leite com Chocolate | Suco de Morango | Suco de Abacaxi | | |
| | Frutas | Frutas | Frutas | | |

Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel

CRN 5180



CARDÁPIO DE VERÃO - COLÉGIO CONEXÃO - 2026 -JUNHO - CIANORTE

NÍVEL III, IV, V E FUNDAMENTAL I

2ª SEMANA

| | Segunda-feira 08 | Terça-feira 09 | Quarta-feira 10 | Quinta-feira 11 | Sexta Feira 12 |
|---|---|---|--------------------------------------|---|-----------------------------------|
| Lanche da Manhã | Pão de Forma + Ovo Mexido | Crepioica + Queijo Mussarela | Mini Pão de Queijo | Pão Francês + Requeijão ou Doce de Leite | Bolo Formigueiro + Pipoca Salgada |
| | Suco de Limão | Leite com Chocolate | Suco de Uva | 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 | 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 |
| Saladas | Alface + Tomate | Tomate + Cenoura Ralada | Beterraba Cozida + Tomate Picadinho | Brócolis Japonês + Tomate Picadinho | Cenoura Ralada + Tomate + Alface |
| Lanche da Tarde | Pão de Forma + Ovo Mexido | Panqueca Americana com Mel | Mini Pão de Queijo | Pão Francês + Requeijão ou Doce de Leite + Pipoca Salgada | Bolo Formigueiro + Pipoca Salgada |
| | Suco de Limão | Leite com Chocolate | Suco de Uva | 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 - CIANORTE

NÍVEL III, IV, V E FUNDAMENTAL I

3ª SEMANA

| | Segunda-feira 15 | Terça-feira 16 | Quarta-feira 17 | Quinta-feira 18 | Sexta Feira 19 |
|---|--|---|--------------------------------------|---|---|
| Lanche da Manhã | Pão de Leite com Requeijão ou Geleia de Morango | Pizza Caseira de Forma (Massa caseira, molho de tomate, queijo mussarela, tomate, manjerição e orégano) | Queijo Quente + Biscoito de Polvilho | Buraco Quente | Bolinho de Chuva |
| | Suco de Acerola | Suco de Abacaxi com Couve | Suco de Uva | Suco de Maracujá | Leite com Chocolate |
| | Frutas | Frutas | Frutas | Frutas | Frutas |
| Prato Base | Arroz Branco/Feijão Preto | Arroz Branco/Feijão Carioca | Arroz Branco/Feijão Carioca | Arroz Branco/Feijão Preto | Arroz Branco/Feijão Carioca |
| Prato Principal + Acompanhamento | 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 |
| Salada | Cenoura Ralada+ Tomate + Alface | Pepino Japonês com Cenoura Ralada + Chuchu Cozido | Tomate + Beterraba Cozida | Cenoura Cozida + Couve | Alface + Tomate |
| Lanche da Tarde | Pão de Leite com Queijo Mussarela + Biscoito de Polvilho | Pizza Caseira de Forma (Massa caseira, molho de tomate, queijo mussarela, tomate, manjerição e orégano) | Queijo Quente + Biscoito de Polvilho | Buraco Quente | Bolinho de Chuva |
| | Suco de Acerola | Suco de Abacaxi com Couve | Suco de Uva | Suco de Maracujá | Leite com Chocolate |
| | Frutas | Frutas | Frutas | Frutas | Frutas |



Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel

CRN 5180

CARDÁPIO DE VERÃO - COLÉGIO CONEXÃO - 2026 - JUNHO - CIANORTE

NÍVEL III, IV, V E FUNDAMENTAL I

4ª SEMANA

| | Segunda-feira 22 | Terça-feira 23 | Quarta-feira 24 | Quinta-feira 25 | Sexta Feira 26 |
|---|--|--------------------------------------|---|--------------------------------------|--|
| Lanche da Manhã | Pão Caseiro com Requeijão ou Geleia de Morango | Misto Quente + Biscoito de Polvilho | Mini Pão de Queijo | Cereal Matinal | Bolo de Chocolate (Comemoração dos Aniversariantes do mês) |
| | Suco de Acerola | Suco de Morango | Suco de Abacaxi | Iogurte de Morango | 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 | Pão Caseiro com Requeijão ou Doce de Leite | Misto Quente + Biscoito de Polvilho | Mini Pão de Queijo | Cereal Matinal | Bolo de Chocolate (Comemoração dos Aniversariantes do mês) |
| | Suco de Abacaxi | Suco de Uva | Suco de Abacaxi | Iogurte de Morango | Suco de Acerola |
| | Frutas | Frutas | Frutas | Frutas | Frutas |



Nutricionista: Janaiara Moreira Sebold Berbel

CRN 5180

CARDÁPIO DE VERÃO - COLÉGIO CONEXÃO - 2026 - JUNHO - CIANORTE
NÍVEL III, IV, V E FUNDAMENTAL I

5ª SEMANA

| | Segunda-feira 29 | Terça-feira 30 | Quarta-feira 01 | Quinta-feira 02 | Sexta Feira 03 |
|---|--|---|-------------------------------------|---|--------------------------------------|
| Lanche da Manhã | Pão de Leite + Doce de Leite ou Geléia de Morango | Torta Salgada de Frango | Mini Pão de Queijo | Pão Francês + Queijo Mussarela | Bolo de Laranja |
| | Leite com Chocolate | Suco de Abacaxi com Couve | Suco de Uva | Suco de Limão | 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 | 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 |
| Saladas | Tomate + Pepino Japonês Picadinho | Pepino Japonês com Cenoura Ralada + Chuchu Cozido | Beterraba Cozida + Tomate Picadinho | Pepino Japonês + Almeirão Picadinho | Cenoura Ralada + Tomate + Alface |
| Lanche da Tarde | Crepioça com Queijo Mussarela | Torta Salgada de Frango | Mini Pão de Queijo | Pão Francês + Queijo Mussarela | Bolo de Laranja |
| | Leite com Chocolate | 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