



PAPINHAS ALIMENTAÇÃO INFANTIL

CARDÁPIO PRATA



COLÉGIO EQUIPE  
ADULTO E COMPLEMENTAR

NOVEMBRO 2026

| SEGUNDA 02                                                                                                                                       | TERÇA 03                                                                                                                      | QUARTA 04                                                                                                                                                 | QUINTA 05                                                                                                                    | SEXTA 06                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| FERIADO                                                                                                                                          | ARROZ + FEIJÃO<br>CARNE MOÍDA<br>CHUCHU C/ COMINHO<br>SALADA DE TOMATE,<br>ALFACE, BERINJELA<br>GELATINA                      | ARROZ + FEIJÃO<br>FRANGO ASSADO<br>CENOURA DA ONDA<br>SALADA DE BETERRABA<br>CRUA, ALFACE, TOMATE<br>FRUTA                                                | MACARRÃO AO MOLHO<br>SUGO<br>MEDALHÃO DE FRANGO<br>COUVE-FLOR REFOGADA<br>SALADA DE PEPINO,<br>ALFACE, MANDIOQUINHA<br>FRUTA | ARROZ + FEIJÃO<br>BOLINHO DE PEIXE<br>PEIXE ASSADO<br>CANJIQUEINHA DE MILHO<br>SALADA DE ALFACE, TOMATE,<br>COUVE<br>FRUTA |
| SEGUNDA 09                                                                                                                                       | TERÇA 10                                                                                                                      | QUARTA 11                                                                                                                                                 | QUINTA 12                                                                                                                    | SEXTA 13                                                                                                                   |
| ARROZ + FEIJÃO<br>ESTROGONOFE DE FRANGO<br>BATATA PALHA<br>BATATA ASSADA C/ PÁPRICA<br>E ALECRIM<br>SALADA DE ACELGA, ALFACE,<br>TOMATE<br>FRUTA | MACARRÃO AO MOLHO<br>SUGO<br>Lombo ao molho de<br>laranja<br>ABOBRINHA ASSADA<br>SALADA DE ALFACE,<br>ABÓBORA, VAGEM<br>FRUTA | ARROZ + FEIJÃO<br>BIFE DE PANELA<br>BRÓCOLIS REFOGADO<br>SALADA DE MILHO,<br>ALFACE, TOMATE<br>FRUTA<br>DOCE                                              | ARROZ + FEIJÃO PRETO<br>QUIBE FRITO<br>QUIBE ASSADO<br>CREME DE ESPINAFRE<br>SALADA DE TOMATE,<br>MOSTARDA, ALFACE<br>FRUTA  | ARROZ + FEIJÃO<br>FILÉ DE FRANGO NA CHAPA<br>LEGUMES REFOGADOS<br>SALADA DE REPOLHO BRANCO,<br>ALFACE, TOMATE<br>GELATINA  |
| SEGUNDA 16                                                                                                                                       | TERÇA 17                                                                                                                      | QUARTA 18                                                                                                                                                 | QUINTA 19                                                                                                                    | SEXTA 20                                                                                                                   |
| ARROZ + FEIJÃO<br>RAGU DE CARNE<br>MANDIOCA DOURÊ<br>SALADA DE TOMATE, ALFACE,<br>CENOURA COZIDA<br>FRUTA                                        | ARROZ + FEIJÃO<br>FRANGO AO MOLHO<br>AGRIDOCE<br>FAROFA<br>SALADA MIX DE FOLHAS,<br>ALFACE, VINAGRETE DE<br>BANANA<br>FRUTA   | ARROZ + FEIJÃO<br>MACARRÃO AO MOLHO<br>SUGO<br>ALMÔNDegas de FRANGO<br>COUVE REFOGADA<br>SALADA DE PEPINO,<br>RÚCULA, ALFACE, TOMATE<br>SWEET<br>GELATINA | ARROZ + FEIJÃO<br>FRANGO AO ALHO E<br>LIMÃO<br>BATATA ROSTI<br>SALADA DE ALFACE,<br>REPOLHO ROXO, OVO<br>COZIDO<br>FRUTA     | FERIADO                                                                                                                    |
| SEGUNDA 23                                                                                                                                       | TERÇA 24                                                                                                                      | QUARTA 25                                                                                                                                                 | QUINTA 26                                                                                                                    | SEXTA 27                                                                                                                   |
| ARROZ + FEIJÃO PRETO<br>ESPETINHO DE FRANGO<br>REPOLHO REFOGADO<br>SALADA DE BETERRABA<br>COZIDA, ALFACE, TOMATE<br>FRUTA<br>DOCE                | ARROZ + FEIJÃO<br>CARNE ACEBOLADA<br>EMPADÃO DE LEGUMES<br>SALADA DE ESCAROLA,<br>ALFACE, MILHO<br>FRUTA                      | ARROZ + FEIJÃO<br>ESTROGONOFE DE CARNE<br>BATATA PALHA<br>SALADA DE ALFACE,<br>TOMATE, ABOBRINHA<br>FRUTA                                                 | ARROZ + FEIJÃO<br>VACA ATOLADA<br>SALADA MISTA CRUA,<br>ALFACE, CHUCHU<br>GELATINA                                           | MACARRÃO AO MOLHO SUGO<br>CARNE C/ ALHO PORÓ<br>ACELGA REFOGADA<br>SALADA DE TOMATE, AGRIÃO,<br>ALFACE<br>FRUTA            |
| SEGUNDA 30                                                                                                                                       |                                                                                                                               |                                                                                                                                                           |                                                                                                                              |                                                                                                                            |
| MACARRÃO AO MOLHO SUGO<br>CARNE ASSADA<br>BERINJELA ORIENTAL<br>SALADA MISTA, ALFACE,<br>TOMATE<br>GELATINA                                      |                                                                                                                               |                                                                                                                                                           |                                                                                                                              |                                                                                                                            |

\*Cardápio sujeito a alterações de acordo com disponibilidade e qualidade dos ingredientes

MITIYO NAGATA -Nutricionista - CRN 0145

Cardápio sujeito a alterações

☎ (11) 3726-1219 e 11 975648894 E-mail: papinhas1987@gmail.com