

# CARDÁPIO – ESCOLA SANTA MARIA 2026

## 1ª SEMANA DE FEVEREIRO



|         |                                                                                  |       |       |                                                                                   |       |        |                                                                                   |       |        |                                                                                     |       |       |                                                                                     |       |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------|--------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| SEGUNDA |  | 02/02 | TERÇA |  | 03/02 | QUARTA |  | 04/02 | QUINTA |  | 05/02 | SEXTA |  | 06/02 |
|         | Salada Repolho e Ervilha                                                         |       |       | Salada cenoura e Acelga                                                           |       |        | Salada Pepino e tomate                                                            |       |        | Salada de alface americana e tomate                                                 |       |       | Salada de pepino e repolho                                                          |       |
|         | Arroz Branco                                                                     |       |       | Arroz Branco                                                                      |       |        | Arroz Branco                                                                      |       |        | Arroz Branco                                                                        |       |       | Arroz Branco                                                                        |       |
|         | Feijão/ Caldo de feijão                                                          |       |       | Feijão/ Caldo de feijão                                                           |       |        | Feijão/ Caldo de feijão                                                           |       |        | Feijão/ Caldo de feijão                                                             |       |       | Feijão/ Caldo de Feijão                                                             |       |
|         | Rocambole de queijo                                                              |       |       | Estrogonofe de frango                                                             |       |        | Carne de panela                                                                   |       |        | Macarrão à bolonhesa                                                                |       |       | Frango ao molho                                                                     |       |
|         | Abobrinha refogada                                                               |       |       | Batata assada                                                                     |       |        | Mandioquinha                                                                      |       |        | Beterraba cozida                                                                    |       |       | Cenoura cozida                                                                      |       |
|         | Banana                                                                           |       |       | Mamão                                                                             |       |        | Suco de Maracujá                                                                  |       |        | Melão                                                                               |       |       | Maçã                                                                                |       |

\*cardápio sujeito a alterações em caso de falta de algum alimento que esteja fora de época

Julia Silva Padilla – NUTRICIONISTA CRN-3 57922

# CARDÁPIO – ESCOLA SANTA MARIA 2026

## 2ª SEMANA FEVEREIRO



|                     |                            |                   |                            |                    |                                    |                    |                            |                   |                            |
|---------------------|----------------------------|-------------------|----------------------------|--------------------|------------------------------------|--------------------|----------------------------|-------------------|----------------------------|
| <b>S</b><br>SEGUNDA | <b>09/02</b>               | <b>T</b><br>TERÇA | <b>10/02</b>               | <b>Q</b><br>QUARTA | <b>11/02</b>                       | <b>Q</b><br>QUINTA | <b>12/02</b>               | <b>S</b><br>SEXTA | <b>13/02</b>               |
|                     | Salada Cenoura e pepino    |                   | Salada Alface e Brócolis   |                    | Salada de Acelga e Repolho         |                    | Salada Milho e Beterraba   |                   | Salada Acelga e tomate     |
|                     | Arroz Branco               |                   | Arroz Branco               |                    | Arroz Branco                       |                    | Arroz Branco               |                   | Arroz Branco               |
|                     | Feijão/<br>Caldo de feijão |                   | Feijão/<br>Caldo de feijão |                    | Feijoada com<br>linguiça de frango |                    | Feijão/<br>Caldo de feijão |                   | Feijão/<br>Caldo de feijão |
|                     | Omelete                    |                   | Carne moída                |                    | Farofa                             |                    | Macarrão dois molhos       |                   | Peixe assado               |
|                     | Vagem cozida               |                   | Chuchu cozido              |                    | Couve refogada                     |                    | Couve flor cozida          |                   | Cenoura e chuchu cozidos   |
|                     | Melancia                   |                   | Pera                       |                    | Laranja                            |                    | Manga                      |                   | Maçã                       |

\*cardápio sujeito a alterações em caso de falta de algum alimento que esteja fora de época

Julia Silva Padilla – NUTRICIONISTA CRN-3 57922

# CARDÁPIO – ESCOLA SANTA MARIA 2026

## 3ª SEMANA DE FEVEREIRO



|                     |                                                                                                                                                    |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>S</b><br>SEGUNDA | 16/02<br><b>FERIADO</b>                                                                                                                            |
| <b>T</b><br>TERÇA   | 17/02<br><b>FERIADO</b>                                                                                                                            |
| <b>Q</b><br>QUARTA  | 18/02<br><b>FERIADO</b>                                                                                                                            |
| <b>Q</b><br>QUINTA  | 19/02<br>Salada Tomate pepino<br>Arroz Branco<br>Feijão/<br>Caldo de feijão<br>Ovos mexidos<br>Cenoura cozida<br>Maçã                              |
| <b>S</b><br>SEXTA   | 20/02<br>Salada de Milho e Repolho<br>Arroz Branco<br>Feijão/<br>Caldo de feijão<br>Linguiça de frango assada<br>Abóbora cozida<br>Suco de abacaxi |

\*cardápio sujeito a alterações em caso de falta de algum alimento que esteja fora de época

Julia Silva Padilla – NUTRICIONISTA CRN-3 57922

# CARDÁPIO – ESCOLA SANTA MARIA 2026

## 4ª SEMANA DE FEVEREIRO



|                |                                                                                                                         |              |                                                                                                                       |               |                                                                                                                    |               |                                                                                                                              |              |                                                                                                                            |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>S</b>       | <b>23/02</b>                                                                                                            | <b>T</b>     | <b>24/02</b>                                                                                                          | <b>Q</b>      | <b>25/02</b>                                                                                                       | <b>Q</b>      | <b>26/02</b>                                                                                                                 | <b>S</b>     | <b>27/02</b>                                                                                                               |
| <b>SEGUNDA</b> | Salada de Acelga e tomate<br>Arroz Branco<br>Feijão/<br>Caldo de feijão<br>Isclas de carne<br>Repolho refogado<br>Melão | <b>TERÇA</b> | Salada de Couve e milho<br>Arroz Branco<br>Feijão/<br>Caldo de feijão<br>Frango assado<br>Beterraba cozida<br>Laranja | <b>QUARTA</b> | Salada tomate e alface<br>Arroz Branco<br>Feijão/<br>Caldo de feijão<br>Carne cozida<br>Purê de Batata<br>Melancia | <b>QUINTA</b> | Salada de pepino e repolho<br>Arroz Branco<br>Feijão/<br>Caldo de feijão<br>Frango desfiado cremoso<br>Chuchu cozido<br>Pera | <b>SEXTA</b> | Salada de Cenoura e milho<br>Arroz Branco<br>Feijão/<br>Caldo de feijão<br>Almondegas ao molho<br>Abobrinha cozinha<br>Uva |

\*cardápio sujeito a alterações em caso de falta de algum alimento que esteja fora de época

Julia Silva Padilla – NUTRICIONISTA CRN-3 57922