

CARDÁPIO – ESCOLA SANTA MARIA 2026

1ª SEMANA DE SETEMBRO



SEGUNDA

TERÇA

01/09

Salada Repolho e
ervilha

Arroz Branco

Feijão/
Caldo de feijão

Estrogonofe de
Frango

Cenoura

Melão

QUARTA

02/09

Salada de Couve e
tomate

Arroz Branco

Feijão/ Caldo de
feijão

Ovos mexidos

Beterraba cozida

Mamão

QUINTA

03/09

Salada de Pepino e
milho

Arroz Branco

Feijão/ Caldo de
Feijão

Carne moída
refogada

Batata cozida

Melancia

SEXTA

04/09

Salada de Alface e
tomate

Arroz Branco

Feijão/ Caldo de
Feijão

Macarrão dois
molhos (molho
vermelho e molho
branco)

Chuchu refogado

Manga

CARDÁPIO – ESCOLA SANTA MARIA 2026

2ª SEMANA DE SETEMBRO



SEGUNDA

07/09

FERIADO

TERÇA

08/09

Salada Brocolis e
Couve flor

Arroz Branco

Feijão/
Caldo de feijão

Gratinado de carne
moída e batata

Banana

QUARTA

09/09

Salada Vinagre

Arroz Branco

Feijoada com
linguiça de frango

Couve
Refogada

Farofa
simples

Laranja

QUINTA

10/09

Salada Ervilha e
tomate

Arroz Branco

Feijão/
Caldo de feijão

Carne cozida com
cenoura

Maçã

SEXTA

11/09

Salada Alface e
beterraba

Arroz Branco

Feijão/
Caldo de feijão

Peixe ensopado

Abobrinha cozida

Uva

CARDÁPIO – ESCOLA SANTA MARIA 2026

3ª SEMANA DE SETEMBRO



SEGUNDA

14/09

Salada Cenoura e
beterraba

Arroz Branco

Feijão/
Caldo de feijão

Macarrão com
atum

Abobrinha
refogada

Maçã

TERÇA

15/09

Salada milho e
ervilha

Arroz Branco

Feijão/
Caldo de feijão

Escondidinho de
Frango

Mamão

QUARTA

16/09

Salada Pepino e
alface

Arroz Branco

Feijão/
Caldo de feijão

Carne de panela

Repolho refogado

Banana

QUINTA

17/09

Salada Repolho e
Acelga

Arroz Branco

Feijão/
Caldo de feijão

Frango assado

Creme de milho

Melancia

SEXTA

18/09

Salada de Couve e
Pepino

Arroz Branco

Feijão/
Caldo de feijão

Carne moída com
legumes

Mousse de
maracujá

CARDÁPIO – ESCOLA SANTA MARIA 2026

4ª SEMANA DE SETEMBRO



SEGUNDA

21/09

Salada de Tomate e
Ervilha

Arroz Branco

Feijão/
Caldo de feijão

Frango ao molho

Polenta mole

Melão

TERÇA

21/09

Salada de milho e
pepino

Arroz Branco

Feijão/
Caldo de feijão

Hamburgquinho de
forno com molho

Abobrinha cozida

Banana

QUARTA

23/09

Salada Vinagre

Arroz Branco

Feijoada com
linguiça de frango

Couve
Refogada

Farofa
simples

Laranja

QUINTA

24/09

Salada de
Beterraba e
cenoura

Arroz Branco

Feijão/
Caldo de feijão

Iscas de frango
cremosa

Chuchu cozido

Limonada

SEXTA

25/09

Salada de Alface e
tomate

Arroz Branco

Feijão/
Caldo de feijão

Peixe assado

Vagem cozida

Pera

CARDÁPIO – ESCOLA SANTA MARIA 2026 SETEMBRO



SEGUNDA

28/09

Salada de Acelga e
repolho

Arroz Branco

Feijão/
Caldo de feijão

Ovos mexidos

Beterraba cozida

Maçã

TERÇA

29/09

Salada de couve e
Alface

Arroz Branco

Feijão/
Caldo de feijão

Frango empanado
de forno

Espinafre ao molho
branco

Uva

QUARTA

30/09

Salada de tomate e
milho

Arroz Branco

Feijão/
Caldo de feijão

Macarrão com
carne

Chuchu cozido

Pera

QUINTA

SEXTA