



CARDÁPIO BARÃO JANEIRO 2026

	Segunda-feira 19/01/2026	Terça-feira 20/01/2026	Quarta-feira 21/01/2026	Quinta-feira 22/01/2026	Sexta-feira 23/01/2026
Saladas	Recesso escolar	Alface, tomate, cenoura ralada, grão de bico, repolho misto	Alface, pepino, beterraba cozida, tomate, brócolis	Alface, couve flor com milho, tomate, cenoura cozida, repolho roxo	Alface, brócolis, tomate, beterraba ralada, chuchu cozido com milho
Carnes / Aves / Peixes		Carne moída/ Frango empanado e assado	Peixe grelhado/ Carne de panela	Dia da Massa Lasanha de frango/ Almôndegas ao sugo/ Nhoque	Peixe grelhado/ Estrogonofe de carne
Acompanhamentos		Arroz, feijão, macarrão, farofa	Arroz, feijão, batata gratinada	Arroz, feijão, macarrão	Arroz, feijão, batata palito assada
Sobremesas		Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Gelatina e frutas da estação

OBS: Todo cardápio pode sofrer alterações devido à safra, local de compra, qualidade do alimento ou mesmo ao paladar coletivo dos alunos.



CARDÁPIO BARÃO JANEIRO 2026

	Segunda-feira 26/01/2026	Terça-feira 27/01/2026	Quarta-feira 28/01/2026	Quinta-feira 29/01/2026	Sexta-feira 30/01/2026
Saladas	Alface, trigo em grão, tomate, pepino, acelga com cenoura	Alface, brócolis, tomate, abóbora cozida, repolho roxo	Alface, tomate, beterraba cozida, couve flor, pepino	Alface, tabule, repolho, brócolis, cenoura ralada	Alface, tomate, milho, chuchu cozido, pepino
Carnes / Aves / Peixes	Bife grelhado/ Frango ao sugo/ Nuggets (bloco C)	Lombo grelhado/ Escondidinho de carne de panela	Dia da Pizza (bloco C)/ Peixe grelhado/ Pastelão de carne	Frango assado/ Cubos suíños ao molho	Peixe empanado e assado/ Panqueca de cenoura com carne
Acompanhamentos	Arroz, feijão, polenta cremosa	Arroz, feijão, farofa de bijú, macarrão	Arroz, feijão, purê de batatas	Arroz, feijão, omelete de forno, macarrão	Arroz, feijão, batata sorriso assada
Sobremesas	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Frutas da estação	Gelatina batida e frutas

OBS: Todo cardápio pode sofrer alterações devido à safra, local de compra, qualidade do alimento ou mesmo ao paladar coletivo dos alunos.

Nutricionista: Ariane Zen CRN10 3016