











**PRISMA INFANTIL**  
**CARDÁPIO - AGRUPADAS 1 e 2**

04 a 08 de setembro	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>Colação</b>	Pera	Maçã	Melancia	FERIADO	RECESSO
<b>Almoço</b> 	Feijão preto; Arroz; Peixe ensopado; Batata doce; Salada de alface.	Feijão preto; Arroz; Ovos mexidos; Creme de milho; Bertalha refogada.	Feijão carioca; Arroz; Empadão de frango (grão de bico); Cenoura refogada; Salada de chicória.		
<b>Sobremesa</b>	Melancia	Abacaxi	Maçã		
<b>Lanche</b> 	Manga; Pãozinho integral com requeijão; Suco de laranja e melão.	Pera; Iogurte caseiro; Biscoito integral caseiro.	Melão; Bolo de fubá; Suco de manga.		
<b>Janta</b> 	Sopa de feijão, massinha, beterraba e carne.	Arroz; Frango em iscas; Creme de inhame c/ abóbora; Feijão.	Arroz; Peixe; Purê de batata; Feijão c/ beterraba.		

11 a 15 de setembro	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>Colação</b>	Pera	Melancia	Banana	Manga	Maçã
<b>Almoço</b> 	Feijão preto; Arroz; Ovos mexidos; Cenoura refogada; Verdura.	Feijão preto; Arroz; Filé de peixe ao forno com requeijão; Quibebe; Couve à mineira.	Feijão preto; Arroz; Strogonoff de frango; Batatas sauté; Salada de alface com tomate.	Feijão mulatinho; Macarrão; Carne moída; Ovo cozido; Espinafre refogado.	Feijão preto; Arroz; Quibe de forno; Chuchu sauté; Brócolis refogado.
<b>Sobremesa</b>	Maçã	Banana	Doce de leite	Melancia	Abacaxi
<b>Lanche</b> 	Banana; Biscoito integral c/ geleia; Coquetel de frutas.	Maçã; Pãozinho c/ pasta de ricota e chia; Suco de manga.	Mamão; Bolo de cenoura integral; Suco de caju.	Abacaxi; Queijo quente; Suco de uva.	Banana; Granola; Iogurte caseiro.
<b>Janta</b> 	Canja.	Arroz; Frango ensopado com batata doce; Feijão.	Arroz; Peixe; Souflé de chuchu; Feijão.	Arroz; Ovos mexidos; Purê de raízes; Feijão.	Sopa de legumes variados, massinha e carne.

## AGRUPADAS 1 e 2




18 a 22 de setembro	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>Golaço</b>	Manga	Maçã	Mamão	Banana	Goiaba
<b>Almoço</b> 	Feijão carioca; Arroz; Ovo cozido; Salpicão de cenoura e frango; Salada de alface.	Feijão preto; Macarrão; Almôndegas; Abobrinha refogada; Salada de tomate.	Feijão preto; Arroz; Peixe ensopado; Purê de batata; Mostarda refogada.	Feijão preto; Arroz; Frango em iscas; Creme de inhame; Espinafre refogado.	Feijão preto; Arroz; Carne ensopada; Quibebe; Farofa de passas.
<b>Sobremesa</b>	Laranja	Mamão	Manga	Goiabada	Tangerina
<b>Lanche</b> 	Pera; Pão integral c/ requeijão; Suco de laranja.	Melancia; Bolo de banana e aveia; Suco de uva.	Banana; Iogurte caseiro; Biscoito de arroz.	Maçã; Cachorro quente (carne moída); Suco de caju.	Mamão; Biscoito Polvilho; Coquetel de frutas.
<b>Janta</b> 	Sopa de legumes c/ massinha e carne.	Arroz; Ovos mexidos; Purê de batata; Salada de brócolis; Feijão.	Macarrão; Frango ensopado; Abobrinha ao forno; Feijão.	Arroz; Peixe ao forno; Batata doce; Couve à mineira Feijão.	Sopa de feijão preto, massinha, beterraba, bortalha e carne.


25 a 29 de setembro	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>Golaço</b>	Melancia	Maçã	Melão e laranja	Mamão	Banana
<b>Almoço</b> 	Feijão preto; Macarrão; Carne moída; Cenoura sauté; Salada de acelga.	Feijão mulatinho; Arroz; Frango ao forno; Batata doce; Salada de tomate.	Feijão preto; Arroz; Ovos mexidos; Creme de raízes; Espinafre refogado.	Feijão preto; Arroz; Peixe empanado; Purê de batata; Agrião refogado.	Feijão preto; Arroz; Fricassé de frango; Salada de alface e beterraba crua.
<b>Sobremesa</b>	Pera	Melancia	Maçã	Mousse de maracujá	Manga
<b>Lanche</b> 	Maçã; Pãozinho de milho com queijo minas; Suco de uva.	Pera; Torta salgada de frango; Suco de laranja com goiaba	Mamão; Pão francês com requeijão; Suco de maracujá.	Banana; Iogurte caseiro; Biscoito polvilho.	Comemoração dos aniversários do mês.
<b>Janta</b> 	Sopa de feijão, massinha, abóbora, massinha e carne.	Arroz; Peixe ao forno ; Creme de inhame; Bortalha refogada. Feijão.	Sopa de batata, batata doce, abóbora, chuchu, couve e carne.	Macarrão; Carne moída; Abobrinha com queijo; Espinafre; Feijão.	Canja.

**OBS.: O CARDÁPIO PODERÁ SER MODIFICADO CASO HAJA PROBLEMAS NO FORNECIMENTO MERCADORIAS.**




*Manilha*  
Manize Oliveira da Silva  
Nutricionista  
CRN4-941000257




**PRISMA INFANTIL  
CARDÁPIO - NIDO**

04 a 08 de setembro	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>Colação</b>	Pera	Maçã	Melancia	FERIADO	RECESSO
<b>Almoço</b> 	Feijão preto; Arroz; Peixe ensopado; Batata doce; Espinafre refogado.	Feijão preto; Arroz; Ovos mexidos; Abobrinha e batata inglesa; Bertalha refogada.	Feijão carioca; Arroz; Frango ensopado; Cenoura refogada; Salada de brócolis.		
<b>Sobremesa</b>	Melancia	Manga	Maçã		
<b>Lanche</b> 	Manga; Suco de laranja e melão.	Pera; Suco de laranja.	Mamão; Suco de manga.		
<b>Janta</b> 	Sopa de feijão, massinha, beterraba e carne.	Arroz; Frango em iscas; Creme de inhame c/ abóbora; Feijão.	Arroz; Peixe ensopado; Creme de batata; Feijão c/ agrião.		

11 a 15 de setembro	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>Colação</b>	Pera	Melancia	Banana	Manga	Maçã
<b>Almoço</b> 	Feijão preto; Arroz; Ovos mexidos; Cenoura refogada; Verdura.	Feijão preto; Arroz; Filé de peixe ao forno; Quibebe; Couve à mineira.	Feijão preto; Arroz; Frango ensopado; Batatas sauté; Brócolis refogado.	Feijão mulatinho; Massinha; Carne moída; Ovo cozido Beterraba; Espinafre refogado.	Feijão preto; Arroz; Quibe de forno; Chuchu sauté; Brócolis refogado.
<b>Sobremesa</b>	Maçã	Banana	Manga	Melancia	Mamão
<b>Lanche</b> 	Banana com aveia; Coquetel de frutas.	Maçã; Suco de manga.	Mamão; Suco de goiaba.	Salada de frutas; Suco de laranja.	Banana; Aveia; Suco de melancia.
<b>Janta</b> 	Canja.	Arroz; Frango ensopado com batata doce; Feijão.	Arroz; Peixe; Souflé de chuchu; Feijão.	Arroz; Ovos mexidos; Creme de raízes; Feijão.	Sopa de legumes variados, massinha e carne.

## NIDO



18 a 22 de setembro	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>Colação</b>	Manga	Maçã	Mamão	Banana	Goiaba
<b>Almoço</b> 	Feijão carioca; Arroz; Ovo cozido; Frango desfiado; Cenoura; Espinafre refogado.	Feijão preto; Massinhao; Almôndegas; Abobrinha refogada; Bertalha refogada.	Feijão preto; Arroz; Peixe ensopado; Creme de batata; Mostarda refogada.	Feijão preto; Arroz; Frango ensopado; Creme de inhame; Espinafre refogado.	Feijão preto; Arroz; Carne ensopada; Quibebe; Farofa de aveia e passas.
<b>Sobremesa</b>	Laranja	Mamão	Manga	Pera	Tangerina
<b>Lanche</b> 	Pera; Suco de laranja.	Melancia e uva; Coquetel de frutas.	Banana; Aveia; Suco de goiaba.	Maçã; Suco de laranja.	Mamão; Coquetel de frutas.
<b>Janta</b> 	Sopa de legumes c/ massinha e carne.	Arroz; Ovos mexidos; Creme de batata; Salada de brócolis; Feijão.	Massinha; Frango ensopado; Abobrinha ao forno; Feijão.	Arroz; Peixe ao forno; Batata doce; Couve à mineira Feijão.	Sopa de feijão preto, massinha, beterraba, bertalha e carne.



25 a 29 de setembro	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>Colação</b>	Melancia	Maçã	Melão e laranja	Mamão	Banana
<b>Almoço</b> 	Feijão preto; Massinha; Carne moída; Cenoura sauté; Espinafre.	Feijão mulatinho; Arroz; Frango desfiado; Batata doce; Bertalha.	Feijão preto; Arroz; Ovos mexidos; Creme de raízes; Espinafre refogado.	Feijão preto; Arroz; Peixe ensopado; Creme de batata; Agrião refogado.	Feijão preto; Arroz; Frango ensopado; Batata inglesa, quiabo e couve
<b>Sobremesa</b>	Pera	Melancia	Maçã	Laranja	Manga
<b>Lanche</b> 	Maçã; Suco de melão.	Pera; Suco de laranja com goiaba.	Mamão; Suco de goiaba.	Banana; Aveia; Suco de laranja.	Salada de frutas; Suco de melancia.
<b>Janta</b> 	Sopa de feijão, massinha, abóbora, massinha e carne.	Arroz; Peixe ao forno ; Creme de inhame; Bertalha refogada. Feijão.	Sopa de batata, batata doce, abóbora, chuchu, couve e carne.	Massinha; Carne moída; Abobrinha com queijo; Espinafre; Feijão.	Canja.

**OBS.: O CARDÁPIO PODERÁ SER MODIFICADO CASO HAJA PROBLEMAS NO FORNECIMENTO MERCADORIAS.**

*Maniza*  
Maniza Oliveira da Silva  
Nutricionista  
CRN4-941000257

## PRISMA FUNDAMENTAL CARDÁPIO - INTEGRAL E SEMI INTEGRAL

04 a 08 de setembro	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>Colação</b>	Pera; Pão integral com queijo minas; Suco de caju.	Maçã; Biscoito integral com pasta de ricota; Leite com Nescau.	Banana; Granola; Iogurte caseiro.	FERIADO	RECESSO
<b>Almoço</b> 	Feijão preto; Feijão preto; Arroz; Peixe empanado; Batata doce.	Feijão preto; Arroz; Ovos mexidos; Salpicão de frango e cenoura.	Feijão preto; Arroz; Frango à Icarai; Batata; Salada de chicória.		
<b>Sobremesa</b>	Melancia	Abacaxi	Maçã		
<b>Lanche</b> 	Maçã; Suco de laranja; Biscoito Sequilha de laranja.	Melancia; Bolo de chocolate; Suco de uva.	Abacaxi; Pão francês com requeijão; Leite com Nescau.		

11 a 15 de setembro	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>Colação</b>	Pera; Biscoito polvilho; Coquetel de Frutas	Banana; Granola com passas; Iogurte natural.	Goiaba; Pão francês com manteiga; Achocolatado.	Melancia; Bolo de laranja; Suco de caju.	Maçã; Biscoito de malte; Suco de laranja.
<b>Almoço</b> 	Feijão preto; Arroz; Ovos mexidos; Salada de cenoura ralada e frango desfiado.	Feijão mulatino; Macarrão à parisiense; Salada de vagem.	Feijão preto; Arroz; Filé de peixe ao forno com requeijão; Quibebe.	Feijão preto; Arroz; Strogonoff de frango; Batatas sauté.	Feijão preto; Arroz; Quibe de forno; Chuchu sauté; Brócolis refogado.
<b>Sobremesa</b>	Maçã	Melancia	Doce de leite	Pera	Abacaxi
<b>Lanche</b> 	Manga; Falsa pizza; Suco de uva.	Pera; Pãozinho c/ queijo minas; Achocolatado.	Maçã; Bolo de cenoura com chocolate; Suco de caju.	Banana; Torrada com mel; Suco de laranja.	Goiaba; Biscoito Mirabel; Suco de maracujá. CANTINA.

FUNDAMENTAL

18 a 22 de setembro	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>Colação</b>	Salada de frutas; Passas; Suco de caju.	Mamão; Biscoito caseiro; Suco de Melancia.	Manga; Bolo simples; Suco de laranja.	Banana; Granola; Iogurte natural.	Maçã; Pão francês com queijo; Achocolatado.
<b>Almoço</b>	Feijão preto; Arroz; Carne em iscas; Molho à campanha; Farofa de ovos.	Feijão preto; Macarrão; Frango ao forno; Abobrinha gratinada; Salada de tomate.	Feijão carioca; Arroz; Gourjão de peixe; Salada de vagem e beterraba.	Feijão preto; Arroz; Carne moída; Salada de abóbora ao vinagrete; Farofa de passas.	Feijão preto; Arroz; Bolo de batata com frango; Cenoura refogada.
<b>Sobremesa</b>	Laranja	Gelatina	Mamão	Melancia	Tangerina
<b>Lanche</b>	Maçã; Bisnaguinha com pasta 4 queijos; Suco de maracujá.	Pera e banana; Biscoito maisena; Achocolatado.	Tangerina; Queijo quente; Suco de uva.	Abacaxi; Bolo de chocolate; Suco de caju.	Banana; Biscoito integral com geleia; Coquetel de frutas. CANTINA.

25 a 29 de setembro	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>Colação</b>	Pera; Torrada com mel; Achocolatado.	Maçã; Biscoito maisena; Suco de maracujá.	Goiaba; Bolo de banana; Suco de melão com laranja.	Mamão; Panqueca com geleia; Suco de caju.	Comemoração dos aniversários do mês.
<b>Almoço</b>	Feijão preto; Macarrão; à bolonhesa; Cenoura sauté.	Feijão mulatinho; Arroz; Frango ao forno; Batata doce; Salada de tomate.	Feijão preto; Arroz; Ovos mexidos; Creme de raízes.	Feijão preto; Arroz; Peixe empanado; Purê de batata.	Feijão preto; Arroz; Fricassé de frango; salada de beterraba.
<b>Sobremesa</b>	Melancia	Mamão	Maçã	Pavê	Manga
<b>Lanche</b>	Banana; Pãozinho de milho com requeijão; Suco de manga.	Abacaxi; Biscoito maltado e coco; Suco de maracujá.	Manga; Pão francês com queijo minas; Achocolatado.	Pera; Misto quente; Suco de laranja com melancia.	Comemoração dos aniversários do mês.

OBS.: O CARDÁPIO PODERÁ SER MODIFICADO CASO HAJA PROBLEMAS NO FORNECIMENTO MERCADORIAS.

TODOS OS DIAS NO ALMOÇO: SALADA CRUA DE FOLHAS ( ALFACE, RÚCULA, AGRIÃO, CHICÓRIA)

**MARIZE OLIVEIRA**  
Nutricionista

## PRISMA FUNDAMENTAL CARDÁPIO - ESTENDIDO

04 a 08 de setembro	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>Colação</b>	Pera; Pão integral com queijo minas; Suco de caju.	Maçã; Biscoito integral com pasta de ricota; Leite com Nescau.	Banana; Granola; Iogurte caseiro.	FERIADO	RECESSO
<b>Almoço</b> 	Feijão preto; Feijão preto; Arroz; Peixe empanado; Batata doce.	Feijão preto; Arroz; Ovos mexidos; Salpicão de frango e cenoura.	Feijão preto; Arroz; Frango à Icará; Batata; Salada de chicória.		
<b>Sobremesa</b>	Melancia	Abacaxi	Maçã		

11 a 15 de setembro	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>Colação</b>	Pera; Biscoito polvilho; Coquetel de Frutas	Banana; Granola com passas; Iogurte natural.	Goiaba; Pão francês com manteiga; Achocolatado.	Melancia; Bolo de laranja; Suco de caju.	Maçã; Biscoito de malte; Suco de laranja.
<b>Almoço</b> 	Feijão preto; Arroz; Ovos mexidos; Salada de cenoura ralada e frango desfiado.	Feijão mulatinho; Macarrão à parisiense; Salada de vagem.	Feijão preto; Arroz; Filé de peixe ao forno com requeijão; Quibebe.	Feijão preto; Arroz; Stroganoff de frango; Batatas sauté.	Feijão preto; Arroz; Quibe de forno; Chuchu sauté; Brócolis refogado.
<b>Sobremesa</b>	Maçã	Melancia	Doce de leite	Pera	Abacaxi

FUNDAMENTAL

18 a 22 de setembro	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>Colação</b>	Salada de frutas; Passas; Suco de caju.	Mamão; Biscoito caseiro; Suco de Melancia.	Manga; Bolo simples; Suco de laranja.	Banana; Granola; Iogurte natural.	Maçã; Pão francês com queijo; Achocolatado.
<b>Almoço</b> 	Feijão preto; Arroz; Carne em iscas; Molho à campanha; Farofa de ovos.	Feijão preto; Macarrão; Frango ao forno; Abobrinha gratinada; Salada de tomate.	Feijão carioca; Arroz; Gourjão de peixe; Salada de vagem e beterraba.	Feijão preto; Arroz; Carne moída; Salada de abóbora ao vinagrete; Farofa de passas.	Feijão preto; Arroz; Bolo de batata com frango; Cenoura refogada.
<b>sobremesa</b>	Laranja	Gelatina	Mamão	Melancia	Tangerina

25 a 29 de setembro	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
<b>Colação</b>	Pera; Torrada com mel; Achocolatado.	Maçã; Biscoito maisena; Suco de maracujá.	Goiaba; Bolo de banana; Suco de melão com laranja.	Mamão; Panqueca com geleia; Suco de caju.	Comemoração dos aniversários do mês.
<b>Almoço</b> 	Feijão preto; Macarrão; à bolonhesa; Cenoura sauté.	Feijão mulatinho; Arroz; Frango ao forno; Batata doce; Salada de tomate.	Feijão preto; Arroz; Ovos mexidos; Creme de raízes.	Feijão preto; Arroz; Peixe empanado; Purê de batata.	Feijão preto; Arroz; Fricassé de frango; salada de beterraba.
<b>sobremesa</b>	Melancia	Mamão	Maçã	Pavê	Manga

OBS.: O CARDÁPIO PODERÁ SER MODIFICADO CASO HAJA PROBLEMAS NO FORNECIMENTO MERCADORIAS.

TODOS OS DIAS NO ALMOÇO: SALADA CRUA DE FOLHAS ( ALFACE, RÚCULA, AGRIÃO, CHICÓRIA)

**MARIZE OLIVEIRA**  
Nutricionista