Secretaria de Educação | TABOÃO DA SERRA PREFEITURA MUNICIPAL

RT: KATIA RODRIGUES DA SILVA
CRN: 29969

CARDÁPIO NOVEMBRO/2026

EMI INTEGRAL – Jardim 1 e 2 (3 à 5 anos) e EMEF INTEGRAL (6 à 11 anos)			
DATA	**DESJEJUM**	**ALMOÇO**	**LANCHE**
02/11/26	**FERIADO**	**FERIADO**	**FERIADO**
03/11/26	Leite integral com chocolate Biscoito de polvilho	A/F Ovo mexido com tomate e orégano Abóbora refogado	Leite integral Cuscuz com manteiga Maçã
04/11/26	Leite integral com banana e abacate Pão de forma com muçarela	A/F Ragu suíno Acelga com cenoura refogados, Banana	Leite integral com chocolate Bolo de banana sem açúcar
05/11/26	Leite integral Cuscuz com manteiga	A/F Frango acebolado Creme de milho	Iogurte Granola Mamão
06/11/26	Leite integral com banana e aveia Ovo mexido	Macarrão com brócolis Carne em cubos ao molho Salada de alface e pepino, Abacaxi	Suco de manga Pão hot dog com patê de frango
DATA	**DESJEJUM**	**ALMOÇO**	**LANCHE**
09/11/26	Leite integral Bisnaguinha com geleia	A/F Isca de pernil ao toque de limão Cenoura refogada	Leite integral com chocolate Biscoito rosquinha Manga
10/11/26	Suco de abacaxi Bolo de cenoura sem açúcar	A/F Ovo cozido ao vinagrete Chuchu refogado, Maçã	Leite integral com maçã e abacate Ovo mexido
11/11/26	Iogurte Flocos de milho sem açúcar Banana	A/F Carne em cubos com batata doce Escarola refogada	Leite integral com chocolate Pão de forma integral com requeijão
12/11/26	Leite integral com banana e maçã Ovo mexido	Macarrão à pomodoro Filé de sobrecoxa assada Salada de repolho bicolor, Salada de frutas (banana, maçã, manga, uva e suco de laranja)	Suco de laranja Bolo de chocolate sem açúcar
13/11/26	Leite integral com chocolate Biscoito Cream Cracker	A/F Peixe assado com cebola e tomate Purê de batata	Leite integral Cuscuz com manteiga Melão
DATA	**DESJEJUM**	**ALMOÇO**	**LANCHE**
16/11/26	Leite integral com chocolate Pão hot dog com queijo minas padrão	A/F Ovo mexido com cebola e salsa Abobrinha assada	Leite integral Cuscuz com manteiga Abacaxi
17/11/26	Leite integral com maçã e abacate Ovo mexido	A/F Escondidinho de frango Salada de tomate, Melancia	Suco de caju Bolo de maçã sem açúcar
18/11/26	Leite integral Cuscuz com manteiga	Arroz Feijoada (feijão preto e carne suína) Virado de couve	Leite integral com chocolate Biscoito de maisena Maçã
19/11/26	Suco de acerola Bolo de laranja sem açúcar	Macarrão alho e óleo Carne moída ao molho Salada de acelga, Melão	Leite integral com banana e mamão Bisnaguinha com manteiga
20/11/26	**FERIADO**	**FERIADO**	**FERIADO**
DATA	**DESJEJUM**	**ALMOÇO**	**LANCHE**
23/11/26	Leite integral Biscoito de maisena	A/F Isca de pernil acebolada Repolho refogado, Abacaxi	Leite integral com chocolate Pão de forma com muçarela
24/11/26	Leite integral com chocolate Pão de forma com manteiga	A/F Omelete de forno (cenoura e abobrinha) Beterraba cozida	Leite integral Cuscuz com manteiga Maçã
25/11/26	Leite integral com banana, laranja e cenoura Ovo mexido	Macarrão ao sugo Frango ao molho Salada de alface com agrião, Mamão	Leite integral com chocolate Bolo de cenoura sem açúcar
26/11/26	Leite integral Cuscuz com manteiga	A/F Carne em cubos ao molho Polenta	Leite integral com banana e abacate Biscoito Cream Cracker Banana
27/11/26	Leite integral com banana com chocolate Bolo de chocolate sem açúcar	A/F Peixe cozido Cenoura e couve-flor refogados	Suco de maracujá Pão hot dog com pernil desfiado e vinagrete Pavê de limão
DATA	**DESJEJUM**	**ALMOÇO**	**LANCHE**
30/11/26	Leite integral com chocolate Biscoito de polvilho	A/F Ovo mexido com queijo Salada de acelga com tomate, Melancia	Leite integral Bisnaguinha com geleia