



CARDÁPIO MENSAL - JANEIRO 2025
ESCOLA CLARITAS / CRIEM

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	06/jan	07/jan	08/jan	09/jan	10/jan
SALADAS	MIX DE FOLHAS	MIX DE FOLHAS	MIX DE FOLHAS	MIX DE FOLHAS	MIX DE FOLHAS
	TOMATE	TOMATE	TOMATE	TOMATE	TOMATE
	BETERRABA COZIDA	MILHO	TABULE	CENOURA RALADA	ABOBRINHA TEMPERADA
ACOMPANHAMENTOS	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO
	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL
	FEIJÃO PRETO	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO PRETO
GUARNIÇÕES	BROCOLIS NO AZEITE	MACARRÃO AO M° ROSE	BATATA CORADA	MACARRÃO AO SUGO	PURE MISTO
PRINCIPAIS	FRANGO GRELHADO	CUPIM ASSADO AO M° MADEIRA	STROGONOFF DE FRANGO	FRANGO ASSADO	FILE DE FRANGO GRELHADO
PRINCIPAIS	CARNE DESFIADA	FILE DE FRANGO ACEBOLADO	HAMBURGUER DE CARNE	CARNE MOIDA C/ TOMATE	BIFE
SOBREMESA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
BEBIDA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	06/jan	07/jan	08/jan	09/jan	10/jan
LANCHE - MANHÃ (DOCE OU SALGADO)	PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO	PÃO DE QUEIJO	MINI PÃO FRANCÊS COM GELEIA	PÃO DE LEITE COM MANTEIGA	PÃO COM FRIOS
BEBIDA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA
COMPLEMENTO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
LANCHE - TARDE (DOCE OU SALGADO)	ESFIHA DE FRANGO	BOLO DE LARANJA	PÃO DE QUEIJO	PÃO COM PATE DE ATUM	BOLO
BEBIDA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA
COMPLEMENTO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	06/jan	07/jan	08/jan	09/jan	10/jan
JANTAR	ARROZ, FEIJÃO E CARNE	MACARRÃO AO MOLHO BOLONHESA	ARROZ, FEIJÃO E STROGONOFF DE CARNE	MACARRÃO AO SUGO E FRANGO	ARROZ, FEIJÃO E CARNE
COMPLEMENTO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
BEBIDA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA



Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
13/jan	14/jan	15/jan	16/jan	17/jan
MIX DE FOLHAS	MIX DE FOLHAS	MIX DE FOLHAS	MIX DE FOLHAS	MIX DE FOLHAS
TOMATE	TOMATE	TOMATE	TOMATE	TOMATE
PEPINO	SALADA DE ERVILHA PARTIDA	REPOLHO BICOLOR	BATATA TEMPERADA	MACARRONESE
ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO
ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL
FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO PRETO	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO PRETO
BATATA RUSTICA	MACARRÃO AO M° ROSE	FAROFA RICA	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	VIRADO DE COUVE
STROGONOFF DE CARNE	CARNE ASSADA	FRANGO ASSADO	PICADINHO DE CARNE	SUINO ASSADO
FILE DE FRANGO GRELHADO	FRANGO EM CUBOS	CARNE MOIDA C/ LEGUMES	FRANGO GRELHADO	OVOS MEXIDOS
FRUTA	FRUTA	GELATINA	FRUTA	FRUTA
SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
13/jan	14/jan	15/jan	16/jan	17/jan
PAO DE QUEIJO	MINI PÃO FRANCES COM OVOS MEXIDOS	ESFIHA DE CARNE	PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO	MINI PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA
SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA

ESFIHA DE CARNE	PALITOS DE CENOURA, PEPINO E POLENGUINHO	PÃO DE LEITE COM MANTEIGA	MIINI PIZZA DE FRIOS	PÃO COM PATE DE ATUM
SUCO DE POLPA	ÁGUA DE COCO	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
13/jan	14/jan	15/jan	16/jan	17/jan
ARROZ, FEIJÃO E FRANGO	MACARRÃO AO MOLHO BOLONHESA	ARROZ, FEIJÃO E PEIXE	MACARRÃO AO SUGO E FRANGO	ARROZ, FEIJÃO E STROGONOFF DE FRANGO
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
20/jan	21/jan	22/jan	23/jan	24/jan
MIX DE FOLHAS	MIX DE FOLHAS	MIX DE FOLHAS	MIX DE FOLHAS	MIX DE FOLHAS
TOMATE	TOMATE	TOMATE	TOMATE	TOMATE
CENOURA RALADA	TABULE	CHUCHU TEMPERADO	ABOBORA TEMPERADA	GRÃO DE BICO AO VINAGRETE
ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO
ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL
FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO PRETO	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO PRETO
BATATA SMILE ASSADA	MACARRÃO AO SUGO	PURÊ MISTO	MACARRÃO BOLONHESA	CREME DE MILHO
STROGONOFF DE FRANGO	FRANGO GRELHADO AO M° DE LARANJA	BIFE DE PANELA	COXA SOBRECOXA ASSADA	CUPIM ASSADO AO MOLHO MADEIRA
BIFE GRELHADO	CARNE MOIDA C/ LEGUMES	ISCA DE FRANGO ACEBOLADA	ALMONDEGAS	FRANGO GRELHADO
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
20/jan	21/jan	22/jan	23/jan	24/jan
MISTO QUENTE	MINI PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	PÃO DE QUEIJO	PÃO DE LEITE COM QUEIJO BRANCO	ESFIHA DE CARNE
SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
PAO DE QUEIJO	BOLO DE CENOURA	MINI PÃO FRANCÊS COM REQUEIJAO	PALITOS DE CENOURA, PEPINO E POLENGUINHO	TORTA DE LEGUMES
SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
20/jan	21/jan	22/jan	23/jan	24/jan
ARROZ, FEIJÃO E CARNE	MACARRÃO AO MOLHO BOLONHESA	ARROZ, FEIJÃO E CARNE	MACARRÃO AO SUGO E FRANGO	ARROZ, FEIJÃO E FRANGO
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
27/jan	28/jan	29/jan	30/jan	31/jan
MIX DE FOLHAS	MIX DE FOLHAS	MIX DE FOLHAS	MIX DE FOLHAS	MIX DE FOLHAS
TOMATE	TOMATE	TOMATE	TOMATE	TOMATE
PEPINO	LENTILHA	MILHO	BETERRABA RALADA	MACARRONESE
ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO
ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL
FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO PRETO	FEIJÃO CARIOCA	FEIJÃO PRETO
MACARRÃO BOLONHESA	BATATA SMILE ASSADA	FAROFA RICA	MACARRÃO AO M° ROSE	PURE DE BATATA
FRANGO ASSADO	STROGONOFF DE CARNE	ISCA DE FRANGO COM ERVAS FINAS	CUPIM ASSADO AO MOLHO MADEIRA	PEIXE AO TOQUE DE LIMÃO
CARNE MOIDA C/ LEGUMES	FRANGO GRELHADO	PICADINHO DE CARNE	OVOS MEXIDOS	FRANGO GRELHADO
FRUTA	FRUTA	GELATINA	FRUTA	FRUTA
SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
27/jan	28/jan	29/jan	30/jan	31/jan
PÃO DE QUEIJO	PÃO DE FORMA COM FRIOS	MINI PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	PÃO DE LEITE COM OVOS MEXIDOS	PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO
SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
WAFFLE COM GELEIA	BOLO	ESFIHA DE FRANGO	PÃO DE FORMA COM PATE DE ATUM	MINI PIZZA DE FRIOS
SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	FRUTA	SUCO DE POLPA
FRUTA	FRUTA	FRUTA	SUCO DE POLPA	FRUTA
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
27/jan	28/jan	29/jan	30/jan	31/jan
ARROZ, FEIJÃO E CARNE	MACARRÃO AO MOLHO BOLONHESA	ARROZ, FEIJAO E PEIXE	MACARRÃO AO SUGO E FRANGO	ARROZ, FEIJÃO E CARNE
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA	SUCO DE POLPA