integral

Cardápio 2026



Colégio Notre Dame Recreio
Educação sem fronteiras!

	Segunda 02/11	Terça 03/11	Quarta 04/11	Quinta 05/11	Sexta 06/11
LANCHE MANHÃ	FERIADO FINADOS	Bolo de fubá Abacaxi Suco de manga	Pão com ovos Mamão Suco de abacaxi	Esfirra fechada de frango Salada de frutas Suco de goiaba	Panqueca americana c/ mel Melão Suco de caju
ALMOÇO		Arroz Feijão Bifinho de moída Macarrão colorido (cenoura, milho e ervilha)	Arroz Feijão Estrogonofe de frango Batata palito assada	Arroz Feijão Gourjão de peixe Creme de espinafre	Arroz Feijão Iscas de frango aceboladas Beterraba c/ salsa
SALADA		Alface, tomate e pepino	Mix de folhas c/ cenoura ralada	Alface americana, milho e tomate	Alface crespa, acelga e tomate
BEDIDA		Suco de acerola	Suco de caju	Limonada	Suco de manga
SOBREMESA		Manga	Melancia	Maçã	Mousse de maracujá
LANCHE TARDE		Pizza de atum Abacaxi Suco de manga	Biscoito de cacau e pipoca Mamão Suco de abacaxi	Bolo de banana c/ aveia Salada de frutas Suco de goiaba	Sanduíche natural Melão Suco de caju

Cardápio elaborado pela Nutricionista Patrícia Guimarães - CRN 15100140
*O cardápio poderá sofrer alterações devido à disponibilidade de compra dos itens perecíveis.

DIARIAMENTE SÃO OFERECIDOS ARROZ E FEIJÃO, ALÉM DAS OPÇÕES DE PROTEÍNA FILÉ DE FRANGO OU ISCAS DE CARNE GRELHADOS

integral

Cardápio 2026



Colégio Notre Dame Recreio
Educação sem fronteiras!

	Segunda 09/11	Terça 10/11	Quarta 11/11	Quinta 12/11	Sexta 13/11
LANCHE MANHÃ	Pão na chapa Melancia Suco de uva	Quibe de forno Mamão Suco de maracujá	Rosquinha de banana c/ canela Salada de frutas Suco de acerola	Bolo de laranja Manga Suco de abacaxi	Brioche com ovos Uva Pink lemonade
ALMOÇO	Arroz Feijão Bolonhesa de carne moída Purê de batata inglesa	Arroz Feijão Fricassê de frango Couve refogada	Arroz Feijão Carne de panela Abóbora c/ alecrim	Arroz Feijão Sobrecoxa assada Cenoura c/ chuchu ao alho	Arroz Feijão Peixe assado c/ ervas finas Seleta de legumes
SALADA	Alface crespa, cebola e tomate	Salada tropical	Alface, tomate, milho e ervilha	Alface americana, beterraba e tomate	Alface c/ vinagrete
BEDIDA	Suco de goiaba	Suco de caju	Suco de manga	Suco de goiaba	Suco de maracujá
SOBREMESA	Salada de frutas	Uva	Banana	Brigadeiro de colher	Melão
LANCHE TARDE	Pão de queijo Melancia Suco de uva	Mini pizza de queijo c/ orégano Mamão Suco de maracujá	Empadinha integral de frango Salada de frutas Suco de acerola	Queijo quente Manga Suco de abacaxi	Bolo de cacau c/ cobertura Uva Pink lemonade

Cardápio elaborado pela Nutricionista Patrícia Guimarães - CRN 15100140
*O cardápio poderá sofrer alterações devido à disponibilidade de compra dos itens perecíveis.

DIARIAMENTE SÃO OFERECIDOS ARROZ E FEIJÃO, ALÉM DAS OPÇÕES DE PROTEÍNA FILÉ DE FRANGO OU ISCAS DE CARNE GRELHADOS

integral

Cardápio 2026



Colégio Notre Dame Recreio
Educação sem fronteiras!

	Segunda 23/11	Terça 24/11	Quarta 25/11	Quinta 26/11	Sexta 27/11
LANCHE MANHÃ	Dadinho de tapioca Banana Suco de melancia	Italianinho de queijo c/ tomate Melancia Suco de caju	Esfirra de carne Melão Suco de manga	Queijo quente Maçã Suco de uva	Cookie de cacau Salada de frutas Suco de goiaba
ALMOÇO	Arroz Feijão Lasanha à bolonhesa Acelga refogada	Arroz Feijão Frango à pizzaiolo Brócolis ao alho	Arroz Feijão Estrogonofe de carne Batata palito assada	Arroz Feijão Iscas de frango grelhadas Abobrinha c/ cenoura refogadas	Arroz Feijão Gourjão de peixe Seleta de legumes
SALADA	Alface crespa, tomate e pepino	Alface crespa, tomate e milho	Mix de folhas c/ tomate	Salada de macarrão	Alface americana c/ pepino e cebola
BEDIDA	Suco de manga	Suco de goiaba	Suco de acerola	Suco de caju	Suco de manga
SOBREMESA	Mamão	Abacaxi	Manga	Pudim	Sacolé de frutas
LANCHE TARDE	Empadinha de frango Banana Suco de melancia	Mini frânces c/ manteiga Melancia Suco de caju	Bolo de mesclado Uva Suco de manga	Mini pizza de frango Maçã Suco de uva	Sanduíche de minas c/ salada Salada de frutas Suco de goiaba

Cardápio elaborado pela Nutricionista Patrícia Guimarães - CRN 15100140
*O cardápio poderá sofrer alterações devido à disponibilidade de compra dos itens perecíveis.

DIARIAMENTE SÃO OFERECIDOS ARROZ E FEIJÃO, ALÉM DAS OPÇÕES DE PROTEÍNA FILÉ DE FRANGO OU ISCAS DE CARNE GRELHADOS

integral

Cardápio 2026



Colégio Notre Dame Recreio
Educação sem fronteiras!

	Segunda 16/11	Terça 17/11	Quarta 18/11	Quinta 19/11	Sexta 20/11
LANCHE MANHÃ	Queijo quente Laranja Suco de manga	Panqueca americana c/ mel Melancia Limonada	Tapioca c/ mussarela Mamão Suco de abacaxi	Brioche de cenoura c/ pasta de atum Manga Suco de acerola	FERIADO DIA DA CONSCIÊNCIA NEGRA
ALMOÇO	Arroz Feijão Frango grelhado Couve-flor gratinada	Arroz Feijão Escondidinho de carne moída Beterraba c/ salsa	Arroz Feijão Gourjão de frango Farofa de ovos	Arroz Feijão Peixe ao forno Assado colorido (Abobrinha, batata, cenoura e banana da terra)	
SALADA	Mix de folhas, tomate e cebola roxa	Alface, tomate, milho e ervilha	Acelga, chicória, cebola e tomate	Ceasar salad	
BEDIDA	Suco de abacaxi	Suco de manga	Suco de laranja	Suco de caju	
SOBREMESA	Salada de frutas	Manga	Melão	Fondue de uva	
LANCHE TARDE	Cuca de banana Laranja Suco de manga	Pão na chapa Melancia Limonada	Bolo de abacaxi Mamão Suco de abacaxi	Biscoitinho de leite Manga Suco de acerola	

Cardápio elaborado pela Nutricionista Patrícia Guimarães - CRN 15100140
*O cardápio poderá sofrer alterações devido à disponibilidade de compra dos itens perecíveis.

DIARIAMENTE SÃO OFERECIDOS ARROZ E FEIJÃO, ALÉM DAS OPÇÕES DE PROTEÍNA FILÉ DE FRANGO OU ISCAS DE CARNE GRELHADOS

integral

Cardápio 2026



Colégio Notre Dame Recreio
Educação sem fronteiras!

	Segunda 30/11				Sexta 30/10
LANCHE MANHÃ	Bolo de laranja Banana Suco de manga				
ALMOÇO	Arroz Feijão Almôndegas de carne Macarrão ao sugo				
SALADA	Alface americana, cenoura e beterraba				
BEDIDA	Suco de goiaba				
SOBREMESA	Uva				
LANCHE TARDE	Pão de queijo Banana Suco de manga				

Cardápio elaborado pela Nutricionista Patrícia Guimarães - CRN 15100140
*O cardápio poderá sofrer alterações devido à disponibilidade de compra dos itens perecíveis.

DIARIAMENTE SÃO OFERECIDOS ARROZ E FEIJÃO, ALÉM DAS OPÇÕES DE PROTEÍNA FILÉ DE FRANGO OU ISCAS DE CARNE GRELHADOS