

Centro de Educação Infantil - UBERABA
Mão Cooperadora
CAFÉ DA MANHÃ



outubro 2026

	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
SEMANA 1	28	29	30	1 Leite com café Berçário e M1: Chá melissa Pão semi integral c/ manteiga	2 Chá de cidreira Biscoito salgado
SEMANA 2	5 Sucrilhos sem açúcar com leite	6 Leite com chocolate 70% cacau Pão caseiro c/ manteiga	7 Chá de erva doce Biscoito de leite sem recheio	8 Leite com café Berçário e M1: Chá camomila Pão semi integral c/ manteiga	9 Chá de hortelã Biscoito salgado
SEMANA 3	12 FERIADO	13 FERIADO	14 Chá de camomila Biscoito de leite sem recheio	15 Leite com café Berçário e M1: Chá de erva doce Pão semi integral c/ manteiga	16 Chá de cidreira Biscoito salgado
SEMANA 4	19 Sucrilhos sem açúcar com leite	20 Leite com chocolate 70% cacau Pão caseiro c/ manteiga	21 Chá de erva doce Biscoito de leite sem recheio	22 Leite com café Berçário e M1: Chá de camomila Pão semi integral c/ manteiga	23 Chá de hortelã Biscoito salgado
SEMANA 5	26 Sucrilhos sem açúcar com leite	27 Leite com chocolate 70% cacau Pão caseiro c/ manteiga	28 Chá de camomila Biscoito de leite sem recheio	29 Leite com café Berçário e M1: Chá de erva doce Pão semi integral c/ manteiga	30 Chá de cidreira Biscoito salgado
	2	Anotações			

Centro de Educação Infantil - UBERABA

Mão Cooperadora

ALMOÇO



outubro 2026

	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
SEMANA 1	28	29	30	1 Arroz/Feijão preto Ragu de linguiça ao molho Cenoura refogada Acelga e pimentão	2 Arroz/Feijão carioca Coxa e sobrecoxa assada Maionese Tomate e pepino
SEMANA 2	5 Arroz/Feijão preto Ovos cozidos Parafuso ao molho branco Alface roxa e abobrinha	6 Arroz/Feijão carioca Peito de frango grelhado Vagem refogada Salada de cenoura e pepino	7 Arroz/Feijão preto Bife acebolado Mandioca cozida Brócolis e tomate	8 Arroz/Feijão carioca Frango xadrez Espaguete alho e óleo Alface crespa e rabanete	9 Arroz/Feijão preto Almôndegas ao molho sugo Beterraba cozida Salada de repolho com abacaxi
SEMANA 3	12 FERIADO	13 FERIADO	14 Arroz/Feijão carioca Ovos mexidos Farofa de milho colorida Brócolis e tomate	15 Arroz/Feijão preto Carne moída com cheiro verde e tomate Espaguete ao molho Cenoura ralada e rúcula	16 Arroz/Feijão carioca Filé de tilápia assado Purê de batata Mix de folhas e tomate
SEMANA 4	19 Arroz/Feijão preto Ovos mexidos Farofa de batata palha Repolho e cenoura	20 Arroz/Feijão carioca Tiras de carne acebolada Polenta cremosa Beterraba e chuchu	21 Arroz/Feijão preto Sobrecoxa assada Parafuso à Primavera Salada de acelga c/ manga	22 Arroz/Feijão carioca Lombo suíno assado Batata rústica Pepino japonês e cenoura ralada	23 Arroz/Feijão preto Fricassê de frango Tabule Alface
SEMANA 5	26 Arroz/Feijão carioca Olmelete de forno com queijo Espaguete alho e óleo Tomate e rúcula	27 Arroz/Feijão preto Picadinho de frango Purê de batata doce Salada de beterraba com espinafre	28 Arroz/Feijão carioca Fígado acebolado Creme de milho Brócolis e rabanete	29 Arroz/Feijão preto Filá de frango Farofa de cenoura Couve manteiga com laranja	30 Arroz/Feijão carioca Escondidinho de carne desfiada Alface e cenoura ralada
	2	Anotações CARDÁPIO ELABORADO POR NUTRICIONISTA. SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO; As saladas e frutas são variadas de acordo com a sazonalidade; Após o café são servidas frutas para as turmas Berçário e M1 e às 14h, são servidos uma porção de fruta para todos; Conforme mudança climática, o lanche da tarde pode ser alterado para melhor aceitação das crianças. A hidratação é incentivada várias vezes ao dia pelas professoras da turma.			

Centro de Educação Infantil - UBERABA
Mão Cooperadora
LANCHE DA TARDE



outubro 2026

	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
SEMANA 1	28	29	30	1 Pipoca sagada Chá mate gelado com limão	2 Vitamina de Banana com maçã Biscoito salgado
SEMANA 2	5 Polenta cremosa com carne moída	6 Cusuz com frango desfiado Chá mate	7 Bolachinha de amido com coco Suco natural	8 Sanduiche natural Suco de polpa de fruta	9 Sagu com suco de uva 100% integral
SEMANA 3	12 FERIADO	13 FERIADO	14 Macarronada ao molho sugo	15 Bolo de fubá com goiabada Chá de hortelã	16 Canjica
SEMANA 4	19 Risotinho com carne	20 Quirera com frango e legumes	21 Caldo de feijão com carne e batata	22 Bolo de pão de queijo Leite com chocolate (70% cacau)	23 Sagu com suco de uva 100% integral
SEMANA 5	26 Polenta com frango desfiado	27 Suco natural Pão francês com Patê de frango	28 Risotinho com carne	29 Bolo formigueiro (com chia) Leite com chocolate	30 Sorbet de Morango com banana
	2	Anotações			