

	06/11/2023 (Segunda-feira)	07/11/2023 (Terça-feira)	08/11/2023 (Quarta-feira)	09/11/2023 (Quinta-feira)	10/11/2023 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com cacau Pão de forma com Requeijão	Leite com cacau Pão de forma integral com Margarina	Suco de Manga Pão hot dog com patê de inhame com frango	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Pão de forma com requeijão
REFEIÇÃO (11h)	Arroz Feijão Ovos mexidos Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz, Feijão Frango desfiado ao molho Salada de alface com cenoura ralada Melão	Arroz, Feijão Carne em cubos Virado de couve Banana	Arroz, Feijão Pernil com mandioca Salada de repolho com beterraba ralada Melancia	Arroz, Feijão Carne moída cenoura Salada de pepino com tomate Maçã
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Biscoito maisena	Vitamina de banana Maçã	Mingau de cacau	logurte de morango Banana	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco
JANTAR (16h)	Sopa de legumes com frango (mandioca, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Maçã	Macarrão ao sugo Atum com cebola e tomate Salada de alface com cenoura Melancia	Sopa de feijão com frango (batata, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Melão	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de acelga com tomate Banana	Arroz Branco Frango com batata Salada de cenoura ralada Laranja
LANCHE DA SAÍDA	DOCE	MEXERICA	PERA	BANANA	PERA

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1575	849	204	522
Fundamental	6 a 10 anos	1730	935	227	567

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Bonizzoni

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

Raquel N. R. C Neves
CRN-3 35646
Nutricionista SAE



	13/11/2023 (Segunda-feira)	14/11/2023 (Terça-feira)	15/11/2023 (Quarta-feira)	16/11/2023 (Quinta-feira)	17/11/2023 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08:00)	Leite com Cacau Pão de forma integral com Requeijão	Suco de goiaba Pão forma com patê de abóbora com frango	FERIADO	Leite com Cacau Pão hot dog com margarina	Leite com Cacau Pão de forma com requeijão
REFEIÇÃO (11:00)	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de acelga com cenoura Laranja	Arroz, Feijão Preto Pernil com cebola e pimentão Virado de couve Maçã		Arroz, Feijão Frango com abobrinha Salada de alface Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de escarola com tomate Melancia
LANCHE (13:30)	Leite com cacau Biscoito Cream Craker	Mingau de aveia com cacau		Vitamina de mamão Banana	Suco de melancia Bolo
JANTAR (16:00)	Sopa de legumes com frango (batata doce, abóbora, chuchu e macarrão de sopa) Melancia	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho com tomate Laranja		Arroz com cenoura Carne moída com batata Salada de acelga Melão	Macarrão ao sugo Frango com ervilha Salada de pepino Banana
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	BANANA		MEXERICA	PERA

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1114	647	152	314
Fundamental	6 a 10 anos	1230	717	169	343

Sáirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Bonizzoni

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

Raquel N. R. de Neves
CRN-3 35646
Nutricionista SAE



	20/11/2023 (Segunda-feira)	21/11/2023 (Terça-feira)	22/11/2023 (Quarta-feira)	23/11/2023 (Quinta-feira)	24/11/2023 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	FERIADO MUNICIPAL	Leite com cacau Pão de forma com Requeijão	Leite com cacau Pão hot dog com Requeijão	Suco de manga Pão de forma com patê de cenoura com frango	Leite com cacau Pão integral com Requeijão
REFEIÇÃO (11h)		Arroz, Feijão Omelete com tomate, cebola e orégano Salada de acelga Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de escarola com tomate Maçã	Arroz, Feijão Atum com cebola e tomate Salada de batata Banana	Arroz, Feijão Frango desfiado ao molho Creme de milho Laranja
LANCHE (13h30)		Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	iogurte de Morango Banana	Mingau de maisena	Vitamina de abacate Banana
JANTAR (16h)		Macarrão ao alho e óleo Carne moída com abobrinha Salada de repolho Laranja	Sopa de legumes com carne (batata, cenoura, chuchu, macarrão de sopa) Melão ***HOT DOG/ SUCO PICOLÉ (SARESP)	Arroz Branco Pernil com chuchu Farofa rica Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída com cenoura Salada de escarola com cenoura Maçã
		LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	PERA	BANANA

***** PROVA DO SARESP (Todas as escolas de fundamental)**

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1481	808	203	468
Fundamental	6 a 10 anos	1619	893	224	501

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Bonizzoni

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

Raquel N. R. C Neves
CRN-3 35646
Nutricionista SAE