



	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)
<b>DESJEJUM (08h)</b>	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
<b>REFEIÇÃO (11h)</b>	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 Frango com cenoura Salada de repolho com beterraba ralada Melancia	Arroz, Feijão Carne moída cenoura Salada de pepino com tomate Laranja
<b>LANCHE (13h30)</b>	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau Biscoito maisena	Mingau de cacau	logurte de morango Banana	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco
<b>JANTAR (16h)</b>	Sopa de legumes com frango (mandioca, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Melancia	Arroz com cenoura Atum com cebola e tomate Salada de alface com cenoura Maçã	Sopa de feijão com carne (batata, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Melão	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz Branco Frango desfiado ao molho Seleto de cenoura, ervilha e milho Banana
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	DOCE	MEXERICA	PERA	BANANA	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	1038,59	162	40	40
Fundamental	6 a 10 anos	1259,86	195	46	45

*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)
<b>DESJEJUM (08:00)</b>	Vitamina de banana Pão de forma integral com Requeijão	Suco de goiaba Pão forma com patê de abóbora com frango	<b>FERIADO</b>	Leite com Cacau Pão hot dog com margarina	Leite com Cacau Pão de forma com requeijão
<b>REFEIÇÃO (11:00)</b>	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 repolho Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de alface Melancia
<b>LANCHE (13:30)</b>	Leite com cacau Biscoito Cream Craker	Mingau de aveia com cacau		Vitamina de mamão Banana	Suco de melancia Bolo
<b>JANTAR (16:00)</b>	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 Branco  Carne moída com batata Salada de acelga com cenoura Melão	Macarrão ao sugo  Frango com ervilha Salada de escarola Maçã
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	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	1102,38	143	42	47
Fundamental	6 a 10 anos	1048,37	165	43	45

*Sairley 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



	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)
<b>DESJEJUM (08h)</b>	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
<b>REFEIÇÃO (11h)</b>		Arroz, Feijão Atum com cebola e tomate Salada de batata Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos Virado de couve Banana	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de escarola com beterraba ralada Melancia	Arroz, Feijão Carne moída Creme de milho Laranja
<b>LANCHE (13h30)</b>		Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Vitamina de abacate Biscoito cream cracker	Mingau de maisena	Vitamina de mamão Banana
<b>JANTAR (16h)</b>		Macarrão ao alho e óleo Carne moída com abobrinha Salada de repolho Maçã	<b>HOT DOG/ SUCO</b>  <b>PICOLÉ</b>  <b>(SARESP)</b>	Arroz Branco Pernil com mandioca Salada de repolho com tomate Laranja	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de escarola com cenoura Maçã
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>		MAÇÃ	PERA	BANANA	MEXERICA
*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	1047,57	162	40	40
Fundamental	6 a 10 anos	1257,87	196	47	45

*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