

	27/11/2023 (Segunda-feira)	28/11/2023 (Terça-feira)	29/11/2023 (Quarta-feira)	30/11/2023 (Quinta-feira)	01/12/2023 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Suco de maracujá Pão de forma com Manteiga	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão	Leite com cacau Pão de forma integral com Margarina	Suco de goiaba Pão de forma com Requeijão	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga
REFEIÇÃO (11h)	Arroz Feijão Ovos mexidos Salada de grão de bico com tomate Laranja	Arroz, Feijão Carne moída ao molho com chuchu Salada de repolho Melancia	Arroz, Feijão Frango ensapado com batata Salada de escarola com tomate Banana	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de couve Laranja	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de pepino com tomate Maçã
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Biscoito maisena	Suco de lindividual Bolo	Mingau de cacau	logurte de morango Banana	Vitamina de banana Maçã
JANTAR (16h)	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de acelga com cenoura Maçã	Arroz com cenoura Carne em cubos com mandioca Salada de alface Laranja	Sopa de legumes com frango (batata doce, abobrinha, cenoura e macarrão para sopa) Melão	Arroz a grega Frango ao molho Salada de repolho Banana	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de beterraba cozinha Laranja
LANCHE DA SAÍDA	NECTARINA	BANANA	AMEIXA	MAÇÃ	DOCE
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1549,87	205	53	58

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Brás Food

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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

	04/12/2023 (Segunda-feira)	05/12/2023 (Terça-feira)	06/12/2023 (Quarta-feira)	07/12/2023 (Quinta-feira)	**08/12/2023 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08:00)	Leite com Cacau Pão de forma integral com Margarina	Suco de melancia Pão hot dog com requeijão	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Suco de manga Pão de forma integral com requeijão	Leite com Cacau Pão hot dog com manteiga
REFEIÇÃO (11:00)	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de alface com tomate Laranja	Arroz, Feijão Moqueca (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata PICOLÉ	Arroz, Feijão Frango com cenoura Salada de repolho misto (verde e roxo) Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de repolho com tomate Laranja	Arroz branco Frango assado Farofa Legumes sauté (cenoura, vagem, chuchu, batata) **Mesa de frutas/ Pavê de chocolate com biscoito maisena
LANCHE (13:30)	Vitamina de banana com mamão Biscoito Cream Craker	logurte de morango Maçã	Mingau de aveia com cacau	Vitamina de mamão Biscoito Maisena	Suco de Maracujá Banana
JANTAR (16:00)	Macarrão ao molho de beterraba com cenoura Carne moída Salada de feijão fradinho com tomate Maçã	Arroz com Brócolis Frango com batata doce Salada de pepino com cenoura Laranja	Sopa de feijão com carne (batata, abóbora, chuchu) Banana	Macarrão ao alho e óleo Pernil ao molho Salada de acelga Melão	Buraco Quente (Pão francês com carne moída) Suco de uva
LANCHE DA SAÍDA	PÊSSEGO	BANANA	MAÇÃ	PERA	MEXERICA

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

****08/12 Cardápio Festivo - Mesa de frutas decorativas: melancia, melão, abacaxi, uvas Thompson e Crimson, maçã, laranja, banana.**

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1368,19	204	49	40

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Brás Food

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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

	11/12/2023 (Segunda-feira)	12/12/2023 (Terça-feira)	13/12/2023 (Quarta-feira)	14/12/2023 (Quinta-feira)	15/12/2023 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com Cacau Pão de forma integral com Margarina	Suco de goiaba Pão hot dog com requeijão	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Suco de manga Pão de forma integral com requeijão	Leite com Cacau Pão hot dog com manteiga
REFEIÇÃO (11h)	Arroz com cenoura, Feijão Ovos mexidos Salada de batata, cenoura e soja Laranja	Arroz, Feijão Isca de frango acebolada Creme de milho Melancia	Arroz, Feijão Carne moída com cenoura Salada de alface com tomate Maçã	Arroz, Feijão Frango com cebola e tomate Salada de repolho Melão	Arroz, Feijão Preto Pernil com cenoura Farofa Laranja
LANCHE (13h30)	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau Biscoito Rosquinha	Vitamina de abacate Banana	Mingau de maisena	Leite com cacau Biscoito Cream craker
JANTAR (16h)	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de repolho Melancia	Arroz Branco Carne em cubos com mandioca Salada de pepino Laranja	Sopa de legumes com carne (batata, cenoura, chuchu, macarrão de sopa) Banana	Arroz com cenoura Peixe com batata Salada de escarola com tomate Laranja	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de escarola com cenoura Suco de uva
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	BANANA	PERA	BANANA	MEXERICA

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1477,07	201	51	52

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Brás Food

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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



Cardápio Integral - Pré Escola - DEZEMBRO 2023



	18/12/2023 (Segunda-feira)	19/12/2023 (Terça-feira)	20/12/2023 (Quarta-feira)	21/12/2023 (Quinta-feira)	22/12/2023 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com Cacau Pão de forma integral com Margarina	Suco de goiaba Pão hot dog com requeijão	Leite com cacau Biscoito Maisena	REUNIÃO DE PAIS E MESTRES	REUNIÃO PEDAGÓGICA
REFEIÇÃO (11h)	Arroz com cenoura, Feijão Omelete com tomate e cebola Salada de pepino Laranja	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de beterraba cozida Maçã	Arroz, Feijão Pernil com mandioca Salada de acelga Melancia		
LANCHE (13h30)	Suco de uva Biscoito Cream craker	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Suco de abacaxi Biscoito Cream craker		
JANTAR (16h)	Arroz Branco Frango com chuchu Salada de repolho Melancia	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de cenoura ralada Laranja	Risoto de frango com milho, cenoura e salsa Maçã		
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	MEXERICA	PERA		

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	834,7	116	30	28

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Brás Food

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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