

	03/06/2024 (Segunda-feira)	04/06/2024 (Terça-feira)	05/06/2024(Quarta-feira)	06/06/2024(Quarta-feira)	07/06/2024 (Sexta-feira)
<b>DESJEJUM (7h)</b> <b>LANCHE (13h)</b>	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Suco de manga Pão de hot dog com margarina	Vitamina de abacate Banana	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Mingau de cacau
<b>REFEIÇÃO (10h/15h)</b>	Arroz com cenoura, feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata Melancia	Sopa de feijão com carne (abóbora, batata, chuchu) Melão	Macarrão ao sugo Frango desfiado com abobrinha Salada de feijão fradinho e beterraba ralada Caqui	Arroz, feijão preto Pernil a vinagrete Virado de couve Laranja	Arroz, feijão Carne moída com berinjela Salada de alface com tomate Suco de manga
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	MAÇÃ	PERA	BANANA	MEXERICA	Suco de individual de Uva (Agricultura Familiar)

\*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.

### Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	537	75	21	17
Fundamental	6 a 10 anos	628	86	26	20
	11 a 14 anos	830	108	32	30

*Sirley 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 Fundamental Parcial I e II - JUNHO 2024



	10/06/2024 (Segunda-feira)	11/06/2024 (Terça-feira)	12/06/2024 (Quarta-feira)	13/06/2024 (Quinta-feira)	14/06/2024 (Sexta-feira)
<b>DESJEJUM (7h)</b>	Leite com cacau	Suco de uva	Vitamina de banana	Leite com cacau	Suco de abacaxi
<b>LANCHE (13h)</b>	Biscoito maisena	Pão hot dog com Manteiga	Maçã	Pão de forma integral com Requeijão	Bolo
<b>REFEIÇÃO (10h/ 15h)</b>	Arroz, feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Batata e cenoura sauté Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho com chuchu Salada de grão de bico com cenoura e tomate Maçã	Risoto de frango com cenoura, milho e salsa Salada de repolho Melão	Arroz, feijão Carne cubos com batata Salada de beterraba cozida com pepino Banana	Arroz, feijão Frango com abóbora Salada de alface Melancia
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	MAÇÃ	PERA	BANANA	Suco de individual de Uva (Agricultura Familiar)	DOCE DE BANANA (Sem Açúcar)

\*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.

### Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	516	77	22	18
Fundamental	6 a 10 anos	615	88	27	21
	11 a 14 anos	845	116	33	32

*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

	17/06/2024 (Segunda-feira)	18/06/2024 (Terça-feira)	19/06/2024 (Quarta-feira)	20/06/2024 (Quinta-feira)	21/06/2024 (Sexta-feira)
<b>DESJEJUM (7h)</b> <b>LANCHE (13h)</b>	Leite com cacau  Biscoito Cream Craker	Leite com cacau  Pão hot dog com Requeijão	logurte de Morango  Maçã	  Arroz doce com canela	<b>Suco natural de melancia</b>  <b>Pipoca e bolo de milho</b>
<b>REFEIÇÃO (10h/ 15h)</b>	Arroz cenoura, feijão Omelete com tomate, cebola e orégano Salada de batata  Laranja	Arroz, feijão Carne em cubos com batata doce Salada de repolho misto (verde e roxo)  Mexerica	Macarrão ao alho e óleo com Brócolis  Frango ao molho Salada feijão branco e cenoura ralada  Melão	<b>Caldo verde com pernil e calabresa</b>  <b>Pão acompanhamento</b>  Banana	<b>Hot dog</b> <b>Salsicha ao molho e batata palha</b>  <b>Suco natural de maracujá</b>
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	MAÇÃ	GOIABA	BANANA	PAÇOCA	Suco de individual de Laranja (Agricultura Familiar)
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					
<b>20 e 21/06 Cardápio Junino</b>					
Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	558	76	23	18
Fundamental	6 a 10 anos	636	88	26	20
	11 a 14 anos	816	106	35	28

*Sáirley 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 Fundamental Parcial I e II - JUNHO-2024



	24/06/2024 (Segunda-feira)	25/06/2024 (Terça-feira)	26/06/2024 (Quarta-feira)	27/06/2024 (Quinta-feira)	28/06/2024 (Sexta-feira)
<b>DESJEJUM (7h)</b> <b>LANCHE (13h)</b>	Leite com cacau  Biscoito Rosquinha de coco	Leite com cacau  Pão de forma integral com Requeijão	Vitamina de banana  Maçã	Vitamina de abacate  Banana	<b>*Suco individual de Laranja (agricultura familiar)</b>  <b>*Bolo com cobertura de brigadeiro</b>
<b>REFEIÇÃO (10h/ 15h)</b>	Arroz, feijão  Ovos mexidos com cenoura e cheiro verde  Salada de acelga com cenoura'  Laranja	Arroz, feijão  Peixe com batata  Salada de alface com tomate  Maçã	Sopa de Legumes com frango  (cenoura, batata, chuchu, macarrão para sopa)  Melao	Arroz, feijão  Carne em cubos com abobrinha  Farofa rica  Laranja	Macarrão ao sugo  Carne moída com ervilha  Salada de soja com couve flor e cenoura  Melancia
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	MAÇÃ	PERA	BANANA	MEXERICA	DOCE DE BANANA (Sem Açúcar)
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					
*Suco individual e bolo com cobertura previsto para os aniversariantes do mês - Para as unidades em que o forno não comporta a produção de bolo deve ser servido bolinho recheado e deve ser produzido um bolo com cobertura para o "Parabéns".					
Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.					

### Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Fundamental	4 e 5 anos	538	72	22	18
	6 a 10 anos	653	90	26	21
	11 a 14 anos	785	104	31	25

*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