

	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)
DESJEJUM (08h)	Leite com cacau Biscoito Cream craker	Leite com cacau Pão hot dog com Margarina	Vitamina de abacate Banana	Vitamina de mamão Maçã	Suco de abacaxi Pão de forma com requeijão
REFEIÇÃO (11h)	Arroz com cenoura, Feijão Moqueca de peixe(pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata Melancia	Arroz feijão Carne em cubos com mandioca Salada de escarola com tomate Melão	Macarrão ao sugo Frango desfiado com abobrinha Salada feijão fradinho e beterraba ralada Mexerica	Arroz, feijão Preto Pernil a vinagrete Virado de couve Laranja	Arroz, feijão Carne moída com chuchu Salada de alface Suco de manga
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Pão de forma integral com Requeijão	Mingau de Cacau	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Suco de goiaba Pão de forma com Manteiga	logurte de morango Banana
JANTAR (16h)	Arroz, feijão Omelete com tomate e cebola Salada de repolho Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura Salada de acelga Maçã	Sopa de feijão com frango (abóbora, batata, chuchu) Caqui	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de pepino Banana	Risoto de frango com cenoura e ervilha Salada de repolho Melancia
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	PERA	BANANA	MEXERICA	Suco de individual de Uva (Agricultura Familiar)

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Cardápio adaptado para atendimento adequado às turmas de período parcial e integral.

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	917	143	34	23
Fundamental	6 a 10 anos	1001	153	39	26



Cardápio Escolas Mistas - UMEs Amapá, Goiás, Minas Gerais, Mato Grosso, São Paulo e Mário Moreira - 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)
DESJEJUM (08h)	Leite com cacau Pão hot dog com Requeijão	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau Pão de forma integral com manteiga	Mingau de Cacau	Leite com cacau Biscoito Cream craker
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Batata e cenoura sauté Laranja	Arroz, feijão Frango com abóbora Salada de beterraba Banana	Arroz, feijão preto Pernil com cenoura Virado de acelga Melão	Arroz, feijão Carne em cubos com chuchu Salada de repolho Melancia	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho com cenoura Salada de Pepino Maçã
LANCHE (13h30)	Vitamina de mamão com banana Maçã	Leite com cacau Biscoito maisena	Vitamina de abacate Banana	Suco de uva Pão hot dog com Margarina	Suco de abacaxi Bolo simples
JANTAR (16h)	Macarrão ao molho de beterraba com cenoura Carne moída Salada de soja com tomate e couve flor Melão	Sopa de Legumes com Carne (cenoura, batata, chuchu, macarrão para sopa) Banana	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de escarola com tomate Maçã	Arroz com cenoura Pernil com mandioca Salada de beterraba cozida Laranja	Arroz, feijão Frango com batata Salada de alface Banana
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	PERA	BANANA	MEXERICA	DOCE DE BANANA (Sem Açúcar)

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Cardápio adaptado para atendimento adequado às turmas de período parcial e integral.

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	858	145	16	12
Fundamental	6 a 10 anos	925	155	19	13

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 Escolas Mistas - UMEs Amapá, Goiás, Minas Gerais, Mato Grosso, São Paulo e Mário Moreira - JUNHO 2024



	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)
DESJEJUM (08h)	Leite com cacau Pão Integral com margarina	Leite com cacau Pão hot dog com Requeijão	logurte de Morango Maçã	Vitamina de abacate Biscoito Cream Craker	Vitamina de abacate Banana
REFEIÇÃO (11h)	Macarrão ao molho de beterraba com cenoura Carne moída Salada de feijão branco e tomate Caqui	Arroz, feijão Carne em cubos com batata doce Salada de repolho misto (verde e roxo) Melão	Arroz, feijão Frango com abobrinha Salada de batata Banana	Arroz, feijão Carne em cubos com abóbora Salada de beterraba ralada Melancia	Arroz com cenoura e salsa, feijão Frango acebolado Creme de milho Maçã
LANCHE (13h30)	Vitamina de banana Biscoito maisena	Suco de Maracujá Cuscuz paulista de frango	Leite com cacau Pão de forma com Requeijão	**Arroz doce com canela	Suco de melancia (natural) **Pipoca e bolo de milho
JANTAR (16h)	Arroz, feijão Omelete com cenoura e cebola Salada de pepino com tomate Laranja	Sopa de legumes com Frango e macarrão (batata, abóbora, chuchu) Mexerica	Macarrão com brócolis ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de escarola com tomate Melão	**Caldo verde com pernil e calabresa Pão acompanhamento Banana	**Hot dog Salsciha ao molho, batata palha Suco natural de maracujá
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	GOIABA	BANANA	PAÇOCA	Suco de individual de Laranja (Agricultura Familiar)

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

**** Cadápio Junino servir para as turmas do parcial manhã e tarde.**

Cardápio adaptado para atendimento adequado às turmas de período parcial e integral.

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	961	144	36	27
Fundamental	6 a 10 anos	1019	151	38	29

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 Escolas Mistas - UMEs Amapá, Goiás, Minas Gerais, Mato Grosso, São Paulo e Mário Moreira - 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)
DESJEJUM (08h)	Leite com cacau Pão de forma com Requeijão	Suco de Maracujá Cuscuz paulista de frango	Vitamina de abacate Banana	Leite com cacau Pão de forma com Requeijão	*Suco individual de uva (agricultura familiar) *Bolo com cobertura de brigadeiro
REFEIÇÃO (11h)	Arroz com cenoura, feijão Ovos mexidos Salada de batata Laranja	Macarrão ao sugo Frango com abóbora Salada de pepino Melancia	Arroz, feijão Preto Pernil a vinagrete Farofa rica Melão	Arroz, feijão Frango com batata Salada de beterraba ralada Laranja	Arroz, feijão Carne moída com cenoura Salada de alface com tomate Maçã
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Vitamina de mamão com banana Maçã	Leite com cacau Pão hot dog com Margarina	Mingau de aveia	*Suco individual de uva (agricultura familiar) *Bolo com cobertura de brigadeiro
JANTAR (16h)	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de soja com cenoura e couve flor Melão	Arroz, feijão Peixe com batata Salada de cenoura ralada Caqui	Sopa de Legumes com frango (cenoura, batata, chuchu, macarrão para sopa) Banana	Arroz com cenoura Carne em cubos ao molho Salada de repolho Maçã	Macarrão ao sugo Frango com chuchu Salada de acelga com tomate Melancia
LANCHE DA SAÍDA	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".

Cardápio adaptado para atendimento adequado às turmas de período parcial e integral.

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	965	146	35	27
Fundamental	6 a 10 anos	1041	153	38	31

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