

	01/07/2024 (Segunda-feira)	02/07/2024 (Terça-feira)	03/07/2024 (Quarta-feira)	04/07/2024 (Quinta-feira)	05/07/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com Cacau Pão de forma integral com Margarina	Vitamina de banana Maçã	logurte de Morango Banana	Leite com Cacau Biscoito Maisena	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga
REFEIÇÃO (11h)	Macarrão ao alho e óleo Frango com abóbora Salada de beterraba ralada Laranja	Arroz, Feijão Carne moída com chuchu Salada de grão de bico com cenoura Melão	Arroz, Feijão Carne em cubos com batata doce Salada de alface com tomate Melancia	Arroz, Feijão Pernil ao vinagrete quente Farofa Rica Banana	Macarrão ao sugo Frango com abobrinha Salada de beterraba ralada Laranja
LANCHE (13h30)	Mingau de aveia	Suco de goiaba Pão hot dog com requeijão	Leite com Cacau Biscoito cream craker	Suco de abacaxi Cuscuz paulista de frango	Vitamina de abacate Banana
JANTAR (16h)	Arroz cenoura , Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de tomate Laranja	Macarrão ao alho e óleo Pernil com cenoura Salada de Pepino Banana	Sopa de frango com legumes (batata, cenoura, abobrinha, macarrão para sopa) Melancia	Macarrão ao sugo Isca de carne com abóbora Salada de escarola Melão	Arroz, Feijão Peixe ao molho com batata Salada de repolho misto Maçã
LANCHE DA SAÍDA	GOIABA	MAÇA	BANANA	PERA	MEXERICA

*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	934,32	144	35	24
Fundamental	6 a 10 anos	1016,44	154	40	27



Cardápio Escolas Mistas - UMEs Amapá, Goiás, Minas Gerais, Mato Grosso e São Paulo - JULHO 2024



	08/07/2024 (Segunda-feira)	09/07/2024(Terça-feira)	10/07/2024 (Quarta-feira)	11/07/2024 (Quinta-feira)	12/07/2024(Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	Leite com cacau Pão de forma com requeijão	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Leite com Cacau Pão hot dog com margarina
REFEIÇÃO (11h)			Arroz, Feijão Ovos mexidos com cenoura Salada de batata Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de pepino Maçã	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de pepino Banana
LANCHE (13h30)			Leite com cacau Biscoito Maisena	Vitamina de banana Pão de forma integral com requeijão	Mingau de cacau
JANTAR (16h)			Risoto de frango com milho, cenoura e salsa Salada de repolho Melão	Arroz, Feijão Preto Pernil a vinagrete Farofa Rica Laranja	Macarrão ao sugo Isca de carne ao molho Salada de Escarola e tomate Melancia
LANCHE DA SAÍDA			DOCE DE BANANA S/AÇUCAR	BANANA	MAÇÃ

*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	948,00	144	35	26
Fundamental	6 a 10 anos	1002,62	150	37	28

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

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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



Cardápio Escolas Mistas - UMEs Amapá, Goiás, Minas Gerais, Mato Grosso e São Paulo - JULHO 2024



	15/07/2024 (Segunda-feira)	16/07/2024 (Terça-feira)	17/07/2024 (Quarta-feira)	18/07/2024 (Quinta-feira)	19/07/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	RECESSO				
REFEIÇÃO (11h)					
LANCHE (13h30)					
JANTAR (16h)					
LANCHE DA SAÍDA					

*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				
Fundamental	6 a 10 anos				

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

	22/07/2024 (Segunda-feira)	23/07/2024 (Terça-feira)	24/07/2024 (Quarta-feira)	25/07/2024 (Quinta-feira)	26/07/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com Cacau Pão de forma integral com Margarina	Leite com Cacau Biscoito Rosquinha de coco	Vitamina de abacate Banana	Mingau de cacau	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga
REFEIÇÃO (11h)	Arroz com cenoura, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Batata e cenoura sauté Laranja	Macarrão ao alho e óleo Frango ao molho Salada de soja com cenoura Melão	Arroz, Feijão preto Pernil com chuchu Virado de couve Maçã	Arroz, feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de acelga com cenoura Melão
LANCHE (13h30)	Suco de uva Biscoito Cream craker	iogurte de Morango Maçã	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Leite com Cacau Pão de forma integral com Requeijão	Vitamina de banana Maça
JANTAR (16h)	Macarrão ao sugo Carne moída com ervilha Salada de Beterraba ralada Melão	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de repolho Melancia	Macarrão ao alho e óleo Isca de frango ao molho Salada de Alface Laranja	Sopa de legumes com carne (batata, abóbora, chuchu, macarrão) Melancia	Arroz, Feijão Pernil com mandioca Salada de escarola com tomate Banana
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE LEITE	PERA	BANANA	CARAMBOLA

*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	809,20	124	20	12
Fundamental	6 a 10 anos	870,48	132	24	15

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

	29/07/2024 (Segunda-feira)	30/07/2024 (Terça-feira)	31/07/2024 (Quarta-feira)	01/08/2024 (Quinta-feira)	02/08/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com Cacau Pão de forma integral com requeijão	*Suco Integral individual *Bolo com cobertura de brigadeiro	Suco de goiababa Cuscuz paulista de frango	Vitamina de abacate Banana	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga
REFEIÇÃO (11h)	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de cenoura ralada Melão	Arroz, Feijão Carne em Cubos com batata Salada de feijão fradinho com tomate e salsa Melão	Arroz, Feijão Carne moída com batata Salada de alface com tomate Banana	Arroz, Feijão preto Pernil com cenoura Virado de couve Laranja	Macarrão ao sugo Frango com chuchu Salada de repolho misto Melancia
LANCHE (13h30)	Mingau de maisena	*Suco Integral individual *Bolo com cobertura de brigadeiro	Leite com cacau Biscoito maisena	Leite com Cacau Pão de forma com Margarina	Vitamina de mamão Maçã
JANTAR (16h)	Arroz com cenoura, Feijão Ovos mexidos com cebola e tomate Salada de beterraba cozida Laranja	Macarrão ao alho e óleo Frango com abobrinha Salada de acelga Maça	Sopa de feijão com carne (abóbora, chuchu, batata) Maça	Macarrão com cenoura Carne moída ao molho Salada de escarola Melão	Arroz, feijao Carne em cubos com abóbora Salada de beterraba ralada Maçã
LANCHE DA SAÍDA	GOIABA	MAÇA	BANANA	PERA	DOCE DE BANANA (SEM AÇUCAR)

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

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

*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".

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	814,00	140	21	12
Fundamental	6 a 10 anos	841	153	22	15

Stirley 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

