



Cardápio Escolas Mistas - UMEs Usina H. Borden e Ulysses Guimarães - JULHO 2024



	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	Arroz, Feijão Frango com batata Salada de repolho misto 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
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	988	180	34	30
Fundamental	6 a 10 anos	1091	196	51	34

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

	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	Leite com cacau	Leite com Cacau
			Pão de forma com requeijão	Biscoito Rosquinha de coco	Pão hot dog com margarina
REFEIÇÃO (11h)			Arroz, Feijão	Macarrão ao sugo	Arroz, Feijão
			Ovos mexidos com cenoura	Carne moída com abobrinha	Frango com abóbora
			Salada de batata	Salada de pepino	Salada de pepino
	Laranja	Maçã	Banana		
LANCHE (13h30)			Leite com cacau	Vitamina de banana	
			Biscoito Maisena	Pão de forma integral com requeijão	Mingau de cacau
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	874	188	25	20
Fundamental	6 a 10 anos	868	197	35	22

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 Usina H. Borden e Ulysses Guimarães - 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)					
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. G. Neves
CRN-3 35646
Nutricionista SAE



Cardápio Escolas Mistas - UMEs Usina H. Borden e Ulysses Guimarães - JULHO 2024



	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 Maçã
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	969	160	34	20
Fundamental	6 a 10 anos	1035	176	60	21

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 Escolas Mistas - UMEs Usina H. Borden e Ulysses Guimarães - JULHO 2024



	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 goiaba 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 Maçã	Arroz, Feijão 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 de Maisena	Leite com Cacau Pão de forma com Margarina	Vitamina de mamão Maçã
LANCHE DA SAÍDA	GOIABA	MAÇÃ	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.

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	981	162	34	20
Fundamental	6 a 10 anos	1118	188	60	21

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