

	05/08/2024 (Segunda-feira)	06/08/2024 (Terça-feira)	07/08/2024 (Quarta-feira)	08/08/2024 (Quinta-feira)	09/08/2024 (Sexta-feira)
<b>DESJEJUM (08h)</b>	Leite com cacau Pão de forma com Manteiga	Café com leite Pão hot dog com Margarina	Leite com cacau Pão de forma integral com Requeijão	Suco de manga Pão de forma com Manteiga	Leite com cacau Pão Hot dog com Requeijão
<b>REFEIÇÃO (11h)</b>	Arroz, feijão Omelete com tomate e cebola Salada de repolho Laranja	Arroz com cenoura, Feijão Moqueca de peixe(pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata Melão	Arroz feijão Carne em cubos com mandioca Salada de escarola com tomate Melancia	Arroz, feijão Preto Pernil a vinagrete Virado de couve Laranja	Arroz, feijão Carne moída com chuchu Salada de alface Banana
<b>LANCHE (13h30)</b>	Vitamina de banana Biscoito Rosquinha de coco	Mingau de Cacau	Vitamina de abacate Banana	Leite com cacau Biscoito Cream craker	logurte de morango Maçã
<b>JANTAR (16h)</b>	Macarrão ao sugo Frango desfiado com abobrinha Salada feijão fradinho e beterraba ralada Melancia	Arroz com salsa Carne moída com batata Salada de acelga Laranja	Sopa de feijão com frango (abóbora, batata, chuchu) Maçã	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de pepino Melancia	Risoto de frango com cenoura e ervilha Salada de repolho Melão
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	GOIABA	MAÇÃ	BANANA	PERA	MEXERICA

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1026	145	44	30
Fundamental	6 a 10 anos	1147	161	47	35

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

	12/08/2024 (Segunda-feira)	13/08/2024 (Terça-feira)	14/08/2024(Quarta-feira)	15/08/2024 (Quinta-feira)	16/08/2024 (Sexta-feira)
<b>DESJEJUM (08h)</b>	Leite com cacau Pão de forma com Manteiga	Suco de uva Pão de forma integral com requeijão	Café com leite Pão hot dog com Margarina	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
<b>REFEIÇÃO (11h)</b>	Arroz com cenoura, feijão Ovos mexidos Batata e cenoura sauté Laranja	Arroz, feijão Frango com abóbora Salada de pepino Melancia	Arroz, feijão Carne moída com batata Salada de Beterraba cozida Laranja		
<b>LANCHE (13h30)</b>	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Mingau de maisena	Leite com cacau Biscoito maisena		
<b>JANTAR (16h)</b>	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho com tomate Melão	Arroz Branco Carne em cubos com chuchu Salada de acelga Laranja	Macarrão ao sugo Frango desfiado com abobrinha Salada de grão de bico com cenoura e tomate Maçã		
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	GOIABA	MAÇÃ	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	1047	152	40	31
Fundamental	6 a 10 anos	1161	170	46	33

*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 / Fundamental I e II - AGOSTO 2024



	19/08/2024 (Segunda-feira)	20/08/2024 (Terça-feira)	21/08/2024 (Quarta-feira)	22/08/2024 (Quinta-feira)	23/08/2024 (Sexta-feira)
<b>DESJEJUM (08h)</b>	Leite com cacau Pão Integral com margarina	Café com leite Pão hot dog com Manteiga	Leite com cacau Pão de forma com Requeijão	Suco de Melancia Pão integral com Manteiga	Leite com cacau Pão hot dog com Requeijão
<b>REFEIÇÃO (11h)</b>	Arroz, feijão Omelete com cenoura e cebola Salada de pepino com tomate Laranja	Arroz, feijão Carne em cubos com batata doce Salada de repolho misto (verde e roxo) Melão	Arroz, feijão Frango com abobrinha Salada de escarola Maçã	Arroz, feijão preto Pernil com mandioca Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz com cenoura e salsa, feijão Frango acebolado Creme de milho Melancia
<b>LANCHE (13h30)</b>	Vitamina de banana Biscoito Cream Craker	Arroz doce com canela	logurte de Morango Banana	Vitamina de abacate Biscoito maisena	Suco de Maracujá Cuscuz paulista de frango
<b>JANTAR (16h)</b>	Macarrão ao molho de beterraba com cenoura Carne moída Salada de feijão branco e tomate Melancia	Sopa de legumes com Frango e macarrão (batata, abóbora, chuchu) Maçã	Arroz com brócolis Carne moída ao molho Salada de batata Melão	Arroz branco Frango com chuchu Salada de repolho com cenoura Banana	Macarrão so sugo Carne em cubos com abóbora Salada de beterraba ralada Maçã
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	MAÇÃ	PAÇOCA	BANANA	CARAMBOLA	KIWI

\*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	930	128	30	22
Fundamental	6 a 10 anos	1058	140	36	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

	26/08/2024 (Segunda-feira)	27/08/2024 (Terça-feira)	28/08/2024 (Quarta-feira)	29/08/2024 (Quinta-feira)	30/08/2024 (Sexta-feira)
<b>DESJEJUM (08h)</b>	Leite com cacau Pão de forma com Manteiga	Café com leite Pão de forma integral com Margarina	Leite com cacau Pão hot dog com Requeijão	Suco de Abacaxi Pão de forma com Manteiga	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão
<b>REFEIÇÃO (11h)</b>	Arroz com cenoura, feijão Ovos mexidos Salada de batata Laranja	Arroz, feijão Frango com abóbora Salada de pepino Melancia	Arroz, feijão Preto Pernil a vinagrete Farofa rica Melão	Arroz, feijão Frango com batata Salalada de beterraba ralada Laranja	Arroz, feijão Carne moída com cenoura Salada de alface Maçã
<b>LANCHE (13h30)</b>	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Vitamina de mamão com banana Maçã	Vitamina de abacate Banana	Mingau de aveia	<b>*Suco individual de uva</b> <b>*Bolo com cobertura de brigadeiro</b>
<b>JANTAR (16h)</b>	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de soja com cenoura e couve flor Melão	Arroz Peixe com batata Salada de cenoura ralada Laranja	Sopa de Legumes com frango (cenoura, batata, chuchu, macarrão para sopa) Maçã	Arroz com cenoura Carne em cubos ao molho Salada de repolho Banana	Macarrão ao sugo Frango com chuchu Salada de acelga com tomate Melancia
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (SEM AÇUCAR)	BANANA	PERA	KIWI

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".

### Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1012	130	30	22
Fundamental	6 a 10 anos	1112	142	36	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