

	02/09/2024 (segunda-feira)	03/09/2024 (Terça-feira)	04/09/2024 (Quarta-feira)	05/09/2024 (Quinta-feira)	06/09/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h)	Leite com cacau	Leite com café	Vitamininha de banana	Suco de Melancia	Vitamina de abacate
LANCHE (13h)	Biscoito Cream Craker	Pão hot dog com Requeijão	Maçã	Pão integral com Manteiga	Banana
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Macarrão ao sugo Frango desfiado com cenoura Salada de pepino Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com batata doce Salada de soja com tomate Melão	Sopa de legumes com frango (Batata, cenoura, chuchu, macarrão para sopa) Laranja	Arroz com cenoura, feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata Banana	Arroz, Feijão Carne moída com berinjela Salada de alface Suco de uva
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	PERA	BANANA	KIWI	MAÇÃ

*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	698	106	26	19
Fundamental	6 a 10 anos	727	110	29	19
	11 a 14 anos	804	118	38	20

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 - Pré Escola e Fundamental I e II Parcial - SETEMBRO 2024



	09/09/2024 (Segunda-feira)	10/09/2024 (Terça-feira)	11/09/2024 (Quarta-feira)	12/09/2024 (Quinta-feira)	13/09/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Leite com cacau Pão de hot dog com margarina	Vitamina de abacate Banana	Suco de manga Pão de forma integral com requeijão	Mingau de cacau
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Arroz, Feijão Ovo cozido com azeite e salsa Salada de batata com cenoura Laranja	Risoto de frango abobrinha, cenoura e salsa Salada de grão de bico com tomate e salsa Melão	Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura e chuchu Salada de alface Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com batata Salada de repolho com cenoura Banana	Arroz, Feijão Isca de frango acebolada Creme de milho Maçã
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (S/ AÇÚCAR)	BANANA	PERA	CARAMBOLA

*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	756,38	124	27	17
Fundamental	6 a 10 anos	795	126	30	19
	11 a 14 anos	884,43	137	37	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

	16/09/2024 (Segunda-feira)	17/09/2024 (Terça-feira)	18/09/2024 (Quarta-feira)	19/09/2024 (Quinta-feira)	20/09/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h)	logurte de Morango	Vitamina de banana	Leite com café	Suco de uva	
LANCHE (13h)	Biscoito maisena	Maçã	Pão de forma integral com requeijão	Pão hot dog com manteiga	Mingau de maisena
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Macarrão alho e oleo Frango ao molho Salada de feijão branco com cenoura ralada Maçã	Arroz ,Feijão preto Pernil ao vinagrete Virado de acelga Laranja	Sopa de legumes com carne (batata, chuchu, abóbora e macarrão para sopa) Banana	Arroz, Feijão Carne moída com milho e cenoura Salada de pepino com tomate Melancia	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de alface Melão
LANCHE DA SAÍDA	PERA	DOCE DE LEITE	KIWI	BANANA	MAÇÃ

*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	744	111	30	20
Fundamental	6 a 10 anos	773	115	31	21
	11 a 14 anos	862	129	37	22

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

	23/09/2024 (Segunda-feira)	24/09/2024 (Terça-feira)	25/09/2024 (Quarta-feira)	26/09/2024 (Quarta-feira)	27/09/2024 (Quarta-feira)
DESJEJUM (7h)	Leite com cacau	Leite com cacau	Leite com cacau	Suco de uva	*Bolo com cobertura
LANCHE (13h)	Biscoito rosquinha de coco	Pao hot dog com manteiga	Biscoito maisena	Pao integral com requeijao	Suco individual integral
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Arroz, Feijão Ovos mexidos com cenoura Batata e cenoura sautéé Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho misto (verde e roxo) Melão	Risoto de frango (Arroz, frango, milho, cenoura ralada, salsa) Salada de feijão fradinho a vinagrete Maçã	Arroz, feijão Peixe com batata Salada de alface com cenoura ralada Melão	Arroz, feijão Carne em cubos com chuchu Salada de escarola com tomate Melancia
LANCHE DA SAÍDA	MAÇA	PERA	BANANA	KIWI	MAÇA

*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)
Pré Escola	4 e 5 anos	425	63	14	13
Fundamental	6 a 10 anos	454	66	16	14
	11 a 14 anos	508	70	21	16

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