



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



	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 (08h)	Leite com cacau Pão de forma com margarina	Leite com café Biscoito rosquinha coco	Vitamina de abacate Maçã	Leite com cacau Pão integral com requeijão	Vitamina de mamão Banana
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, feijão Omelete com tomate e cebola Salda de cenoura ralada e milho Laranja	Arroz, feijão Carne em cubos com batata doce Salada de soja e beterraba ralada Melão	Arroz, feijão preto Pernil com mandioca Virado de Couve Laranja	Arroz, feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata Maçã	Macarrão alho e óleo Frango com cenoura Salada de alface e tomate Suco de uva
LANCHE (13h30)	Vitamina de banana Biscoito Cream Craker	Mingau de cacau	Suco de melancia Pão de forma com requeijão	logurte de Morango Banana	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	PERA	BANANA	KIWI	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)
Fundamental I	6 a 10 anos	921,15	131	37	30
Fundamental II	11 a 14 anos	1098,17	154	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



Cardápio Escolas Mistas - UMEs Usina H. Borden e Ulysses Guimarães - 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 (08h)	Leite com cacau Pão Integral com margarina	Vitamina de banana Maçã	Suco de Maracujá Cuscuz paulista de frango	Suco de Melancia Bolo simples	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga
REFEIÇÃO (11h)	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado com cenoura Salada de grão de bico com tomate e salsa Melão	Arroz, feijão preto Pernil com mandioca Salada de beterraba cozida Maçã	Arroz, Feijão Carne moída com batata Salada de acelga com cenoura Banana	Arroz, feijão preto Carne em cubos com abóbora salada de repolho Laranja	Arroz, feijão Isca de frango acebolada Creme de milho Melão
LANCHE (13h30)	Mingau de maisena	Suco de manga Pão hot dog com requeijão	Vitamina de abacate Maçã	Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Leite com cacau Biscoito cream cracker
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (S/ AÇÚCAR)	BANANA	PERA	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)
Fundamental I	6 a 10 anos	972,4	146	40	28
Fundamental II	11 a 14 anos	1121,76	163	52	31

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 - SETEMBRO 2024



	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 (08h)	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Suco de uva Pão de forma integral com margarina	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão	iogurte de morango Maçã	Vitamina de abacate Banana
REFEIÇÃO (11h)	Arroz com cenoura, feijão Omelete com tomate e cebola Salada de feijão branco com salsa Laranja	Arroz, feijão preto Pernil ao vinagrete Farofa rica Maçã	Arroz, feijão Frango com mandioca Salada de escarola com tomate Melão	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de pepino e tomate Melancia	Arroz, feijão Carne em cubos com abóbora Salada de repolho Suco de manga
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Vitamina de banana Maçã	Mingau de aveia	Suco de Abacaxi Cuscuz paulista de frango	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão
LANCHE DA SAÍDA	PERA	DOCE DE LEITE	KIWI	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)
Fundamental I	6 a 10 anos	968	132	38	32
Fundamental II	11 a 14 anos	1113	162	51	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 Usina H. Borden e Ulysses Guimarães - SETEMBRO 2024



	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 (08h)	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão	Mingau de cacau	Leite com café Pão integral com manteiga	* Suco individual integral *Bolo com cobertura de brigadeiro
REFEIÇÃO (11h)	Macarrão ao sugo Frango desfiado com abobrinha Salada feijão fradinho e beterraba ralada Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com batata doce Salada de pepino Melão	Arroz, feijão Preto Pernil ao Vinagrete Virado de Acelga Maçã	Arroz, feijão Peixe com batata Salada de repolho misto (verde e roxo) Laranja	Arroz, feijão Frango com abobrinha Salada de escarola com tomate Banana
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Pão de forma com Margarina	Vitamina de banana Maçã	Suco de uva Biscoito cream cracker	Vitamina de mamão Banana	* Suco individual integral *Bolo com cobertura de brigadeiro
LANCHE DA SAÍDA	PERA	MAÇÃ	BANANA	CARAMBOLA	DOCE DE BANANA (S/ 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)
Fundamental I	6 a 10 anos	542,26	78	21	17
Fundamental II	11 a 14 anos	617,25	86	27	19

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