

Cardápio Fundamental Integral - Fevereiro 2025



	03/02/2025 (Segunda-feira)	04/02/2025 (Terça-feira)	05/02/2025 (Quarta-feira)	06/02/2025 (Quinta-feira)	07/02/2025 (Sexta-feira)
LANCHE	Acolhida professores			Período de adaptação: 8h00 às 10h00	Período de adaptação: 13h00 às 15h00
				Suco de uva	Leite com cacau
LANCHE DA SAÍDA				Pão de forma com requeijão	Pão hot dog com manteiga
				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)
Fundamental	6 a 10 anos	288	58	14	10

Suzana Rutá Vieira da Silva
CRN-3 21934
Nutricionista RT - SAE

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista QT - SAE

Raquel N. R. C. Neves
CRN-3 35646
Nutricionista QT - SAE

Cardápio Fundamental Integral - Fevereiro 2025



	10/02/2025 (Segunda-feira)	11/02/2025 (Terça-feira)	12/02/2025 (Quarta-feira)	13/02/2025 (Quinta-feira)	14/02/2025 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Café com leite Pão de forma integral com Margarina	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão de inhame	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Suco de melancia Pão de forma integral com requeijão	Leite com Cacau Pão hot dog com manteiga
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de batata Laranja	Arroz, Feijão Isca de frango acebolada Creme de milho Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de alface com tomate Melão	Arroz, Feijão preto Pernil a vinagrete Virado de couve Maçã	Arroz, Feijão Frango com mandioca Salada de acelga Banana
LANCHE (13h30)	Leite com Cacau Biscoito Cream Craker	Mingau de cacau	Vitamina de abacate Banana	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	logurte de morango Maçã
JANTAR (16h)	Macarrão ao sugo Frango com cenoura Salada de repolho com tomate Melancia	Arroz Branco Carne moída com abobrinha Salada de soja com cenoura ralada Maçã	Risoto de frango com milho, cenoura e salsa Salada de acelga Banana	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de pepino Melão	Arroz Branco Carne em cubos com chuchu Salada de alface Melancia
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE LEITE	PÊSSEGO	BANANA	GOIABA

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Fundamental	6 a 10 anos	1058	140	36	28

Suzana Rutá Vieira da Silva
CRN-3 21934
Nutricionista RT - SAE

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista QT - SAE

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

Cardápio Fundamental Integral - Fevereiro 2025



	17/02/2025 (Segunda-feira)	18/02/2025 (Terça-feira)	19/02/2025 (Quarta-feira)	20/02/2025 (Quinta-feira)	21/02/2025 (sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Suco de Melancia Pão de forma Margarina	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Pão hot dog com Manteiga	Café com leite Pão de forma com requeijão de inhame	Leite com Cacau Pão hot dog com Manteiga
REFEIÇÃO (11h)	Arroz com cenoura, Feijão Omelete com tomate e orégano Salada de pepino Laranja	Arroz, feijão Peixe com batata Salada de acelga com tomate Maçã	Arroz, feijão Carne em cubos com chuchu Salada de repolho misto Melancia	Arroz, feijão Pernil com mandioca Salada de alface Laranja	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de beterraba ralada Melão
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Biscoito Cream craker	Suco de abacaxi Cuscuz nordestino com frango	Vitamina de abacate Banana	Leite com cacau Biscoito Maisena	Vitamina de Banana Maçã
JANTAR (16h)	Arroz Branco Frango com abobrinha Salada de grão de bico com tomate Melancia	Macarrão ao sugo Carne moída com berinjela Salada de beterraba cozida Melão	Arroz a grega Pernil ao molho Salada de batata Maçã	Macarrão ao alho e óleo Frango ao molho Escarola com tomate Banana	Arroz Branco Carne moída com ervilha Salada de acelga com cenoura Laranja
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR)	AMEIXA	GOIABA	BOLINHO

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Fundamental	6 a 10 anos	1112	142	36	28

Suzana Rutá Vieira da Silva

CRN-3 21934
Nutricionista RT - SAE

Dayanne dos Santos Ribeiro

CRN-3 38266
Nutricionista QT - SAE

Raquel N. R. C Neves

CRN-3 35646
Nutricionista QT - SAE

Cardápio Fundamental Integral - Fevereiro 2025



	24/02/2025 (Segunda-feira)	25/02/2025 (Terça-feira)	26/02/2025 (Quarta-feira)	27/02/2025 (Quinta-feira)	28/02/2025 (sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com Cacau Pão de forma integral com Margarina	Suco de melancia Pão hot dog com requeijão	Leite com cacau Pão de forma com Manteiga	Leite com Cacau Pão hot dog com requeijão de inhame	Leite com Cacau Pão de forma com Manteiga
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de repolho Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de acelga com tomate Melão	Arroz, Feijão Frango com abobrinha Salada de alface Maçã	**Arroz à grega, Feijão Escondidinho de carne moída Salada de brócolis e couve flor Salada de Frutas/ Mesa de frutas	Arroz, Feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Batata sauté Maçã
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Rosquinha de coco	logurte de Morango Maçã	Vitamina de mamão com maçã Banana	Canjica	*Suco Individual de laranja *Bolo com cobertura de brigadeiro
JANTAR (16h)	Arroz Branco Pernil com batata Salada de cenoura ralada Melão	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de feijão fradinho a vinagrete Laranja	Risoto de frango com milho, cenoura e salsa Salada de pepino Melancia	Arroz com cenoura Carne com chuchu Virado de acelga Maçã	Macarrão ao sugo Frango desfiado Salada de beterraba ralada Banana
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR)	AMEIXA	GOIABA	BANANA

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

**Cardápio Especial - Festa Tropical - Mesa de Frutas decorativas: melancia, abacaxi, uva, maçã, laranja, banana

*Suco individual e bolo com cobertura de brigadeiro previsto para os aniversariantes do mês. Para as unidades em que o forno não comporta a produção de bolo deve ser servido **bolinho sem recheio com cobertura caseira de brigadeiro** 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)
Fundamental	6 a 10 anos	1106	142	36	28

Suzana Rutá Vieira da Silva

CRN-3 21934
Nutricionista RT - SAE

Dayanne dos Santos Ribeiro

CRN-3 38266
Nutricionista QT - SAE

Raquel N. R. C Neves

CRN-3 35646
Nutricionista QT - SAE