

Cardápio Escola Mista - UME Mário Moreira e Usina H. Borden - 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
				Pão de forma com requeijão	Pão hot dog com manteiga
LANCHE DA SAÍDA				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
	11 a 14 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 Escola Mista - UME Mário Moreira e Usina H. Borden - 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)	Leite com cacau Biscoito Cream Craker	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão de inhame	Vitamina de abacate Banana	Vitamina de Banana Maçã	Leite com Cacau Pão hot dog com manteiga
REFEIÇÃO (11h)	Macarrão ao sugo Frango com cenoura Salada de repolho com tomate Melancia	Arroz, Feijão Isca de frango acebolada Creme de milho Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de alface com tomate Melão	Macarrão ao sugo Carne moída ao molho Salada de pepino Maçã	Arroz, Feijão Frango com mandioca Salada de acelga Banana
LANCHE (13h30)	Café com leite Pão de forma integral com Margarina	Mingau de cacau	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Suco de melancia Pão de forma integral com requeijão	logurte de morango Maçã
JANTAR (16h)	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de batata Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de soja com cenoura ralada Maçã	Risoto de frango com milho, cenoura e salsa Salada de acelga Banana	Arroz, Feijão preto Pernil a vinagrete Virado de couve Laranja	Arroz Branco Carne em cubos com chuchu Salada de alface Melancia
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE LEITE	PÊSSEGO	BANANA	GOIABA

Cardápio adaptado para atendimento adequado às turmas de período parcial e integral.

*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	971	152	30	27
	11 a 14 anos	1177	166	54	33

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 Escola Mista - UME Mário Moreira e Usina H. Borden - 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)	Mingau de cacau	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Suco de Melancia Pão hot dog com Margarina	Café com leite Pão de forma com requeijão de inhame	Vitamina de Banana Maçã
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	Macarrão ao sugo Carne em cubos com chuchu Salada de repolho misto Melancia	Arroz, feijão preto Pernil com cebola e pimentão Farofa rica Laranja	Macarrão ao sugo Frango com abóbora Salada de beterraba ralada Melão
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Pão de forma com requeijão de inhame	Suco de abacaxi Cuscuz nordestino com frango	Vitamina de abacate Banana	Leite com cacau Biscoito Maisena	Leite com Cacau Pão hot dog com Manteiga
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, feijão Pernil com mandioca Salada de batata Maçã	Macarrão ao sugo Frango com cenoura Escarola com tomate Banana	Arroz, feijão Carne moída com ervilha Salada de acelga com cenoura Laranja
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR)	AMEIXA	GOIABA	BOLINHO

Cardápio adaptado para atendimento adequado às turmas de período parcial e integral.

*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	998	154	31	27
	11 a 14 anos	1198	171	56	33

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 Escola Mista - UME Mário Moreira e Usina H. Borden - 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	logurte de Morango Maçã	Suco de abacaxi Cuscuz nordestino com frango	Leite com cacau Pão de forma com Manteiga	*Suco Individual de laranja Bolinho sem recheio com cobertura caseira de brigadeiro
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de repolho Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura Salada de feijão fradinho a vinagrete 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	Suco de melancia Pão hot dog com requeijão	Vitamina de mamão com maçã Banana	Canjica	*Suco Individual de laranja Bolinho sem recheio com cobertura caseira de brigadeiro
JANTAR (16h)	Arroz Branco Pernil com batata Salada de cenoura ralada Melão	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de acelga com tomate Laranja	Risoto de frango com milho, cenoura e salsa Salada de pepino Melancia	Macarrão ao sugo Carne com chuchu Salada de acelga Maçã	**Arroz à grega, Feijão Escondidinho de carne moída Salada de brócolis e couve flor Salada de Frutas/ Mesa de frutas
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR)	AMEIXA	GOIABA	BANANA

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Cardápio adaptado para atendimento adequado às turmas de período parcial e integral.

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

*Aniversariantes do mês.

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Fundamental	6 a 10 anos	1023	154	32	29
	11 a 14 anos	1189	167	56	35

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

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

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