Cardápio Dieta Pastosa DEZEMBRO - 2026 (PRÉ ESCOLA/FUNDAMENTAL I E II)

	30/11 (Segunda-feira)	01/12 (Terça-feira)	02/12 (Quarta-feira)	03/12 (Quinta-feira)	04/12 (Sexta-feira)
DESJEJUM (07h) LANCHE (13h)	Leite com cacau/ Biscoito maisena	Mingau de aveia	Creme de abacate com leite	Mingau de arroz	Mingau de cacau
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Batata, abóbora, beterraba, carne moída Papa de manga	Mandioca, cenoura, abobrinha, feijão, carne desfiada Papa de maçã	Batata, cenoura, repolho, chuchu, frango desfiado Papa de melão	Mandioquinha, abobrinha, couve, feijão, pernil desfiado Papa de pera	Batata, cenoura, chuchu, feijão, frango desfiado Papa de banana

Composição nutricional (Média Semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	355	36	20	15
Fundamental	6 a 10 anos	553	85	25	25
	11 a 14 anos	745	94	36	25

	07/12 (Segunda-feira)	08/12 (Terça-feira)	09/12 (Quarta-feira)	10/12 (Quinta-feira)	11/12 (Sexta-feira)
DESJEJUM (07h) LANCHE (13h)	Mingau de aveia	Mingau de maisena	Mingau de cacau	Mingau de arroz	Creme de abacate com leite
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Batata, cenoura, chuchu, feijão, ovo Papa de pera	Mandioca, abóbora, beterraba, feijão, carne desfiada Papa de melão	Batata doce, cenoura, acelga, frango desfiado Papa de maçã	Batata, cenoura, chuchu, feijão, peixe Papa de banana	Batata, cenoura, vagem, feijão, frango desfiado Papa de inhame com manga

Composição nutricional (Média Semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	366	36	20	15
Fundamental	6 a 10 anos	573	85	25	25
	11 a 14 anos	745	94	36	25

	14/12 (Segunda-feira)	15/12 (Terça-feira)	16/12 (Quarta-feira)	17/12 (Quinta-feira)	18/12 (Sexta-feira)
DESJEJUM (07h) LANCHE (13h)	Mingau de cacau	Mingau de aveia	Creme de abacate com leite	Mingau de maisena	Reunião de pais
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Batata, cenoura, beterraba, frango desfiado Papa de maçã cozida	Batata, cenoura, repolho roxo, feijão, carne desfiada Papa de melão	Mandioca, cenoura, abobrinha, frango desfiado Papa de banana	Batata doce, chuchu, couve, feijão preto, pernil desfiado Papa de 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	524	26	12	8
Fundamental	6 a 10 anos	612	34	17	12
	11 a 14 anos	642	45	25	18

	21/12 (Segunda-feira)	22/12 (Terça-feira)	
DESJEJUM (07h) LANCHE (13h)	Mingau de aveia	Mingau de maisena	RECESSO ESCOLAR
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Mandioca, cenoura, chuchu, feijão, ovo Papa de pera	Batata, cenoura, beterraba, feijão, carne moída Papa de maçã	

Composição nutricional (Média Semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	366	36	20	15
Fundamental	6 a 10 anos	573	85	25	25
	11 a 14 anos	745	94	36	25

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

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