Cardápio - UME Ulysses Guimarães - DEZEMBRO 2026

	30/11 (Segunda-feira)	01/12 (Terça-feira)	02/12 (Quarta-feira)	03/12 (Quinta-feira)	04/12 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08:30h) LANCHE (13h)	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Suco de abacaxi Pão hot dog com margarina	Vitamina de banana e maçã Banana	**Suco individual Ag. Familiar** Bolo	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga
REFEIÇÃO (12h / 15h)	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de beterraba ralada Melancia	Arroz, feijão Frango com batata doce Salada de pepino com cenoura Maçã	Arroz, feijão Pernil a vinagrete Farofa de couve Laranja	Arroz com cenoura Carne em cubos com chuchu Salada de repolho com tomate Melão	**Arroz, feijão** **Estrogonofe de frango c/ batata palha** **Legumes sauté (cenoura, vagem, chuchu, batata)** **Mesa de frutas/ Brigadeiro de colher**
LANCHE (14h) Integral	Iogurte Pão de forma com manteiga	Mingau de Cacau	Suco de melancia Cuscuz com frango	**Suco individual Ag. Familiar** Bolo	Vitamina de abacate Maçã
LANCHE DA SAÍDA	FS: Agricultura Familiar	FS: Agricultura Familiar	FS: Agricultura Familiar	FS: Agricultura Familiar	NECTARINA

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

****Cardápio Festivo**

Mesa de frutas decorativas (para todos): melancia, melão, abacaxi, uvas Thompson e Crimson, maçã, laranja, banana.

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	**Idade**	**Energia (kcal)**	**Carboidratos (g)**	**Proteínas (g)**	**Lipídios (g)**
Fundamental II	**11 a 14 anos**	**768**	**117**	**30**	**20**

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

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

Cardápio - UME Ulysses Guimarães - DEZEMBRO 2026

	07/12 (Segunda-feira)	08/12 (Terça-feira)	09/12 (Quarta-feira)	10/12 (Quinta-feira)	11/12 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08:30h) LANCHE (13h)	Leite com café Pão de forma com manteiga	Mingau de cacau	Leite com cacau Biscoito Maisena	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão
REFEIÇÃO (12h / 15h)	Arroz, feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Batata e cenoura sauté Laranja	Arroz, feijão Carne em cubos com abóbora Salada de beterraba ralada Melão	Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura Salada de acelga com tomate Maçã	Arroz, feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata Melancia	Arroz com cenoura Isca de frango acebolado Creme de milho Maçã
LANCHE (14h) Integral	Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Vitamina de abacate Maçã	Suco de uva Pão hot dog com margarina	Vitamina de banana e maçã Banana
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	PÊSSEGO	BANANA	PERA
*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 II	**11 a 14 anos**	**799**	**117**	**30**	**20**

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

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

Cardápio - UME Ulysses Guimarães - DEZEMBRO 2026

	14/12 (Segunda-feira)	15/12 (Terça-feira)	16/12 (Quarta-feira)	17/12 (Quinta-feira)	18/12 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08:30h) LANCHE (13h)	Leite com cacau Biscoito maisena	Suco de abacaxi Pão de forma integral com margarina	Leite com café Pão de forma com manteiga	Vitamina de banana Maçã	Reunião de pais
REFEIÇÃO (12h / 15h)	Arroz com cenoura Frango com abobrinha Salada de beterraba cozida Melancia	Arroz, feijão Carne em cubos com batata doce Salada de repolho com tomate Melão	Macarrão ao sugo Frango com abóbora Salada de alface Maçã	Arroz, feijão preto Pernil ao vinagrete Farofa de couve Laranja	
LANCHE (14h) Integral	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Biscoito roquinha de coco	Mingau de aveia	Suco de manga Pão de hot dog com manteiga	
LANCHE DA SAÍDA	PERA	BANANA	AMEIXA	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 II	**11 a 14 anos**	**1177**	**166**	**54**	**33**

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

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

Cardápio UME Ulysses Guimarães - DEZEMBRO 2026

	21/12 (Segunda-feira)	22/12 (Terça-feira)	
DESJEJUM (08:30h) LANCHE (13h)	Leite com cacau Biscoito cream cracker	Suco de goiaba Biscoito Rosquinha de coco	RECESSO ESCOLAR
REFEIÇÃO (12h / 15h)	Arroz, feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de acelga com cenoura Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com milho Salada de beterraba cozida Maçã	
LANCHE (14h) Integral	Suco de manga Biscoito Rosquinha de coco	Leite com cacau Biscoito maisena	
LANCHE DA SAÍDA	PERA	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 II	**11 a 14 anos**	**1177**	**166**	**54**	**33**

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

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