



	31/07/2023 (Segunda-feira)	01/08/2023 (Terça-feira)	02/08/2023 (Quarta-feira)	03/08/2023 (Quinta-feira)	04/08/2023 (Sexta-feira)
<b>DESJEJUM (7h)</b>	Vitamina de banana com maçã	Leite com Cacau	iogurte de morango	Leite com Cacau	Vitamina de abacate
<b>LANCHE (13h)</b>	Biscoito Rosquinha de coco	Pão hot dog com margarina	Banana	Pão de forma com requeijão	Maçã
<b>REFEIÇÃO (10h/ 15h)</b>	Arroz, Feijão Omelete com tomate, cebola e orégano Salada de batata Laranja	Macarrão ao alho e óleo com abobrinha Carne moída ao molho de cenoura com beterraba Salada de repolho Melão	Sopa de legumes com frango (abóbora, chuchu, batata, macarrão) Maçã	Arroz, Feijão Preto Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Laranja	Arroz, Feijão Frango com mandioca Salada de Alface Banana
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	DOCE	MAÇÃ	BANANA	CARAMBOLA	PERA

**\*O EJA contempla somente a Refeição.**

\*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

**Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.**

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	725,01	109	23	22
Fundamental	6 a 10 anos	793,17	118	25	24
	11 a 14 anos	878,23	132	30	25
EJA	Adultos	535,16	90	21	10

**Sáirley Lopes Fernandes da Silva**

CRN-3 16607

Nutricionista - Bonizzoni

**Dayanne dos Santos Ribeiro**

CRN-3 38266

Nutricionista SAE

**Raquel N. R. C. Neves**

CRN-3 35646

Nutricionista SAE



	07/08/2023 (Segunda-feira)	08/08/2023 (Terça-feira)	09/08/2023 (Quarta-feira)	10/08/2023 (Quinta-feira)	11/08/2023 (Sexta-feira)
<b>DESJEJUM (7h)</b>	Leite com Cacau		Vitamina de Banana com mamão	Leite com Cacau	Suco de manga
<b>LANCHE (13h)</b>	Biscoito Maisena	Mingau de cacau	Maçã	Pão hot dog com requeijão	Bolo
<b>REFEIÇÃO (10h/ 15h)</b>	Macarrão ao sugo  Frango com abobrinha  Salada de beterraba cozida  Laranja	Arroz com cenoura, Feijão  Moqueca de Atum (cebola, tomate, pimentão, cebola e coentro)  Salada de batata  Melancia	Sopa de feijão com carne  (cenoura, chuchu, batata)  Melão	Arroz, Feijão  Frango com abóbora  Salada de alface  Laranja	Arroz, Feijão  Carne moída com cenoura e chuchu  Salada de escarola com tomate  Banana
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	MAÇÃ	MEXERICA	BANANA	CARAMBOLA	PERA
<b>*O EJA contempla somente a Refeição.</b>					
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					
<b>Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.</b>					

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	631,45	102	24	14
Fundamental	6 a 10 anos	679,17	108	26	16
	11 a 14 anos	767,57	122	33	17
EJA	Adultos	497,52	82	25	8

*Shirley Lopes Fernandes da Silva*  
CRN-3 16607  
Nutricionista - Bonizzoni

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

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

	14/08/2023 (Segunda-feira)	15/08/2023 (Terça-feira)	16/08/2023 (Quarta-feira)	17/08/2023 (Quinta-feira)	18/08/2023 (Sexta-feira)
<b>DESJEJUM (7h)</b> <b>LANCHE (13h)</b>	PONTO FACULTATIVO	FERIADO MUNICIPAL	Leite com Cacau	Leite com cacau	Vitamina de banana
<b>REFEIÇÃO (10h/ 15h)</b>			Biscoito Cream craker	Pão de forma integral com Requeijão	Biscoito Maisena
			Macarrão alho e óleo com cenoura	Arroz, Feijão Preto	Arroz, Feijão
			Frango ao molho Salada de pepino	Pernil com mandioca Salada de repolho	Ovos mexidos com cenoura Salada de acelga com tomate
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	Melão	Maçã	Laranja		
	DOCE	MEXERICA	PERA		

**\*O EJA contempla somente a Refeição.**

\*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	407,69	63	14	11
Fundamental	6 a 10 anos	445,41	68	15	12
	11 a 14 anos	453,05	69	16	13
EJA	Adultos	307,94	50	12	7

*Shirley Lopes Fernandes da Silva*

CRN-3 16607

Nutricionista - Bonizzoni

*Dayanne dos Santos Ribeiro*

CRN-3 38266

Nutricionista SAE

*Raquel N. R. C. Neves*

CRN-3 35646

Nutricionista SAE

	21/08/2023 (Segunda-feira)	22/08/2023 (Terça-feira)	23/08/2023 (Quarta-feira)	24/08/2023 (Quinta-feira)	25/08/2023 (Sexta-feira)
<b>DESJEJUM (7h)</b> <b>LANCHE (13h)</b>	Leite com Cacau Biscoito Rosquinha de coco	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão	Vitamina de banana Maçã	Mingau de maisena	Suco de abacaxi Bolo
<b>REFEIÇÃO (10h/ 15h)</b>	Macarrão ao sugo Frango desfiado com abobrinha Salada de beterraba ralada Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com batata doce Salada de acelga com tomate Maçã	Sopa de feijão com frango (abóbora, chuchu e batata) Banana	Arroz, Feijão Atum com batata Salada de alface Melancia	Arroz, Feijão Carne moída com cenoura Salada de pepino Laranja
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	MAÇÃ	MEXERICA	CARAMBOLA	BANANA	PERA

**\*O EJA contempla somente a Refeição.**

\*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	647,19	105	25	14
Fundamental	6 a 10 anos	695,2	112	25	16
	11 a 14 anos	767,53	122	32	17
EJA	Adultos	427,38	72	18	7

*Sáirley Lopes Fernandes da Silva*  
CRN-3 16607  
Nutricionista - Bonizzoni

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

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



	28/08/2023 (Segunda-feira)	29/08/2023 (Terça-feira)	30/08/2023 (Quarta-feira)	31/08/2023 (Quinta-feira)	01/09/2023 (Sexta-feira)
<b>DESJEJUM (7h)</b> <b>LANCHE (13h)</b>	Leite com cacau Biscoito Maisena	Leite com cacau Pão de forma integral com Requeijão	Vitamina de abacate Banana	Suco de manga Pão de forma com patê de frango com cenoura	Vitamina de mamão Maçã
<b>REFEIÇÃO (10h/ 15h)</b>	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de Acelga com tomate Laranja	Arroz, Feijão Carne moída com batata Beterraba cozida Melancia	Sopa de legumes com frango (abóbora, batata doce e chuchu e macarrão) Maçã	Arroz, Feijão Preto Pernil a vinagrete quente Virado de Couve Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de alface com tomate Banana
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	MAÇÃ	MEXERICA	BANANA	CARAMBOLA	PERA
<b>*O EJA contempla somente a Refeição.</b>					
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					
Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.					

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	666,36	109	24	15
Fundamental	6 a 10 anos	715,56	115	26	17
	11 a 14 anos	845,17	137	33	19
EJA	Adultos	531,79	87	23	10

**Sáirley Lopes Fernandes da Silva**  
CRN-3 16607  
Nutricionista - Bonizzoni

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

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