



Cardápio Fundamental Parcial I e II - ABRIL 2024



| | 01/04/2024 (Segunda-feira) | 02/04/2024 (Terça-feira) | 03/04/2024 (Quarta-feira) | 04/04/2024 (Quinta-feira) | 05/04/2024 (Sexta-feira) |
|---|---|--|---|---|--|
| DESJEJUM (7h) LANCHE (13h) | Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco | Leite com cacau Pão de hot dog com margarina | Vitamina de abacate Banana | Suco de manga Pão de forma integral com requeijão | Mingau de cacau |
| REFEIÇÃO (10h/15h) | Macarrão ao sugo Frango desfiado com abobrinha Salada de feijão fradinho e beterraba ralada Melancia | Arroz com cenoura, feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata Melão | Sopa de feijão com frango (abóbora, batata, chuchu) Caqui | Arroz, feijão preto Pernil a vinagrete Virado de couve Laranja | Arroz, feijão Carne moída com berinjela Salada de alface Chup chup de uva |
| LANCHE DA SAÍDA | MAÇÃ | PERA | BANANA | CARAMBOLA | GOIABA |

*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.

| Composição nutricional (Média semanal) | | | | | |
|--|--------------|----------------|------------------|---------------|--------------|
| Categoria | Idade | Energia (kcal) | Carboidratos (g) | Proteínas (g) | Lipídios (g) |
| Pré Escola | 4 e 5 anos | 537 | 75 | 21 | 17 |
| Fundamental | 6 a 10 anos | 628 | 86 | 26 | 20 |
| | 11 a 14 anos | 830 | 108 | 32 | 30 |

Sirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Brás Food

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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



Cardápio Fundamental Parcial I e II - ABRIL 2024



| | 08/04/2024 (Segunda-feira) | 09/04/2024 (Terça-feira) | 10/04/2024 (Quarta-feira) | 11/04/2024 (Quinta-feira) | 12/04/2024 (Sexta-feira) |
|---|----------------------------|---|---------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|
| DESJEJUM (7h) LANCHE (13h) | PONTO FACULTATIVO | FERIADO | Leite com cacau | Leite com cacau | Suco de abacaxi |
| | | | Biscoito maisena | Pão de forma integral com Requeijão | Bolo |
| REFEIÇÃO (10h/ 15h) | | | Macarrão ao alho e óleo | Arroz, feijão | Arroz, feijão |
| | | Carne moída ao molho com chuchu | Ovos cozidos com azeite e salsa | Frango com abóbora | |
| | | Salada de grão de bico com cenoura e tomate | Batata e cenoura sauté | Salada de alface | |
| | | Maçã | Laranja | Melancia | |
| LANCHE DA SAÍDA | | | Doce de banana (sem açúcar) | MAÇÃ | GOIABA |

*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.

Composição nutricional (Média semanal)

| Categoria | Idade | Energia (kcal) | Carboidratos (g) | Proteínas (g) | Lipídios (g) |
|-------------|--------------|----------------|------------------|---------------|--------------|
| Pré Escola | 4 e 5 anos | 371 | 54 | 14 | 11 |
| Fundamental | 6 a 10 anos | 472 | 62 | 20 | 16 |
| | 11 a 14 anos | 616 | 85 | 24 | 20 |

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Brás Food

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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



Cardápio Fundamental Parcial I e II - ABRIL 2024



| | 15/04/2024 (Segunda-feira) | 16/04/2024 (Terça-feira) | 17/04/2024 (Quarta-feira) | 18/04/2024 (Quinta-feira) | 19/04/2024 (Sexta-feira) |
|----------------------------|---|--|--|--|---|
| DESJEJUM (7h) | Leite com cacau | Leite com cacau | Iogurte de Morango | Suco de Melancia | Vitamina de abacate |
| LANCHE (13h) | Biscoito Cream Craker | Pão hot dog com Requeijão | Maçã | Pão integral com Manteiga | Banana |
| REFEIÇÃO (10h/ 15h) | Macarrão ao alho e óleo com Brócolis Frango ao molho Salada feijão branco e cenoura ralada Melão | Arroz, feijão Carne em cubos com batata doce Salada de repolho misto (verde e roxo) Caqui | Risoto de frango com abobrinha e cenoura Banana | Arroz, feijão preto Pernil com mandioca Salada de acelga com tomate Laranja | Arroz, feijão Frango acebolado Creme de milho Chup chup de manga com leite |
| LANCHE DA SAÍDA | MAÇÃ | BANANA | GOIABA | CARAMBOLA | Suco de Uva (Agricultura Familiar) |

*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.

| Composição nutricional (Média semanal) | | | | | |
|--|-------------|----------------|------------------|---------------|--------------|
| Categoria | Idade | Energia (kcal) | Carboidratos (g) | Proteínas (g) | Lipídios (g) |
| Fundamental | Pré Escola | 558 | 76 | 23 | 18 |
| | 4 e 5 anos | 636 | 88 | 26 | 20 |
| | 6 a 10 anos | 816 | 106 | 35 | 28 |

Sáirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Brás Food

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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



Cardápio Fundamental Parcial I e II - ABRIL 2024



| | 22/04/2024 (Segunda-feira) | 23/04/2024 (Terça-feira) | 24/04/2024 (Quarta-feira) | 25/04/2024 (Quinta-feira) | 26/04/2024 (Sexta-feira) |
|---|---|---|---|---|---|
| DESJEJUM (7h) LANCHE (13h) | Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco | Suco de Uva Pão de forma integral com Margarina | Vitamina de banana Maçã | Mingau de aveia | *Suco individual de uva (agricultura familiar) *Bolo com cobertura de brigadeiro |
| REFEIÇÃO (10h/ 15h) | Arroz, feijão Ovos mexidos Salada de soja com cenoura e couve flor Laranja | Arroz, feijão Peixe com batata Salada de acelga com beterraba Maçã | Sopa de Legumes com frango (cenoura, batata, chuchu, macarrão para sopa) Banana | Arroz, feijão Carne em cubos com abobrinha Farofa rica Laranja | Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura Salada de alface com tomate Melancia |
| LANCHE DA SAÍDA | MAÇÃ | BANANA | PERA | GOIABA | PAÇOCA |

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

*Suco individual e bolo com cobertura previsto para os aniversariantes do mês - Para as unidades em que o forno não comporta a produção de bolo deve ser servido bolinho recheado e deve ser produzido um bolo com cobertura para o "Parabéns".

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

Composição nutricional (Média semanal)

| Categoria | Idade | Energia (kcal) | Carboidratos (g) | Proteínas (g) | Lipídios (g) |
|-------------|--------------|----------------|------------------|---------------|--------------|
| Pré Escola | 4 e 5 anos | 538 | 72 | 22 | 18 |
| Fundamental | 6 a 10 anos | 653 | 90 | 26 | 21 |
| | 11 a 14 anos | 765 | 104 | 31 | 25 |

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Brás Food

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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

Cardápio Fundamental Parcial I e II - ABRIL 2024

| | 29/04/2024 (Segunda-feira) | 30/04/2024 (Terça-feira) | 01/05/2024 (Quarta-feira) | 02/05/2024 (Quinta-feira) | 03/05/2024 (Sexta-feira) |
|---|---|---|---------------------------|---|---|
| DESJEJUM (7h) LANCHE (13h) | Leite com cacau Biscoito Maisena | Suco de manga Pão hot dog com requeijão | FERIADO | Leite com cacau Pão de forma com Manteiga | Vitamina de banana Maçã |
| REFEIÇÃO (10h/ 15h) | Macarrão ao sugo Frango desfiado com abobrinha Salada de feijão fradinho e beterraba ralada Melancia | Arroz , feijão Carne em cubos com batata doce Salada de acelga com cenoura Melão | | Arroz, feijão preto Pernil a vinagrete Virado de couve Laranja | Arroz, feijão Carne moída cenoura Salada de alface com tomate Maçã |
| LANCHE DA SAÍDA | MAÇÃ | BANANA | | DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR) | CARAMBOLA |

*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.

Composição nutricional (Média semanal)

| Categoria | Idade | Energia (kcal) | Carboidratos (g) | Proteínas (g) | Lipídios (g) |
|-------------|--------------|----------------|------------------|---------------|--------------|
| Pré Escola | 4 e 5 anos | 458 | 65 | 18 | 14 |
| Fundamental | 6 a 10 anos | 530 | 69 | 23 | 18 |
| | 11 a 14 anos | 633 | 74 | 28 | 25 |

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607

Nutricionista - Brás Food

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266

Nutricionista SAE

Raquel N. R. C Neves
CRN-3 35646

Nutricionista SAE