

	01/07/2024 (Segunda-feira)	02/07/2024 (Terça-feira)	03/07/2024 (Quarta-feira)	04/07/2024 (Quinta-feira)	05/07/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Leite com cacau Pão de hot dog com margarina	iogurte de morango Maçã	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Vitamina de abacate Banana
REFEIÇÃO (10h/15h)	Arroz com cenoura, Feijão Ovos cozido com azeite e salsa Salada de beterraba ralada Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída com chuchu Salada de grão de bico com cenoura ralada Melão	Risoto de frango com milho, cenoura e salsa Salada de alface Melancia	Arroz, feijão preto Pernil ao vinagrete quente Farofa Rica Suco de manga	Arroz, Feijão Frango com batata Salada de repolho misto Maçã
LANCHE DA SAÍDA	GOIABA	MAÇA	BANANA	PÊRA	MEXERICA

*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	537,59	77	23	21
Fundamental	6 a 10 anos	710,91	87	25	29
	11 a 14 anos	829,69	101	33	33

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 Parcial - Pré escola/ Fundamental I e II - JULHO 2024



	08/07/2024 (Segunda-feira)	09/07/2024(Terça-feira)	10/07/2024 (Quarta-feira)	11/07/2024 (Quinta-feira)	12/07/2024(Sexta-feira)
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	FACULTATIVO	FERIADO	Leite com Cacau Biscoito Cream craker	Leite com Cacau Pão hot dog com requeijão	Suco de abacaxi Bolo
REFEIÇÃO (10h/ 15h)			Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado com abobrinha Salada de pepino com tomate Maçã	Arroz, feijão preto Pernil a vinagrete Farofa Rica Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de alface com tomate Melancia
LANCHE DA SAÍDA			DOCE DE BANANA (SEM AÇUCAR)	BANANA	MAÇÃ

*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	558	76	23	18
Fundamental	6 a 10 anos	636	88	26	20
	11 a 14 anos	816	106	35	28

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 Parcial - Pré escola/ Fundamental I e II - JULHO 2024



	15/07/2024 (Segunda-feira)	16/07/2024 (Terça-feira)	17/07/2024 (Quarta-feira)	18/07/2024 (Quinta-feira)	19/07/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	RECESSO ESCOLAR				
REFEIÇÃO (10h/ 15h)					
LANCHE DA SAÍDA					
*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)	Lípidios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos				
Fundamental	6 a 10 anos				
	11 a 14 anos				

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 Parcial - Pré escola/ Fundamental I e II - JULHO 2024



	22/07/2024 (Segunda-feira)	23/07/2024 (Terça-feira)	24/07/2024 (Quarta-feira)	25/07/2024 (Quinta-feira)	26/07/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Vitamina de banana Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Biscoito maisena	Mingau de cacau	Vitamina de abacate Banana
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de soja com cenoura Laranja	Arroz, Feijão Frango com batata doce Salada de repolho misto Maçã	Sopa de feijão com carne (abóbora, chuchu, batata) Melancia	Arroz, feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata Laranja	Arroz Feijão Carne em cubos com chuchu Salada de alface com tomate Melão
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE LEITE	PERA	BANANA	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	538	72	22	18
Fundamental	6 a 10 anos	653	90	26	21
	11 a 14 anos	785	104	31	25

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

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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



Cardápio Parcial - Pré escola/ Fundamental I e II - JULHO 2024



	29/07/2024 (Segunda-feira)	30/07/2024 (Terça-feira)	31/07/2024 (Quarta-feira)	01/08/2024 (Quinta-feira)	02/08/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Suco integral Individual *Bolo com cobertura de brigadeiro	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Mingau de cacau
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Arroz com cenoura, Feijão Ovos mexidos Salada de beterraba ralada Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída com chuchu Salada de feijão fradinho com tomate e salsa Melão	Sopa de frango com legumes (cenoura, mandioca, chuchu e macarrão para sopa) Mexerica	Arroz, feijão preto Pernil a vinagrete Farofa Rica Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de alface Melancia
LANCHE DA SAÍDA	GOIABA	MAÇA	BANANA	PERA	DOCE DE BANANA (SEM AÇUCAR)

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	518	77	22	18
	6 a 10 anos	617	88	27	21
Fundamental	11 a 14 anos	847	116	33	32

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