

	02/12/2024 (segunda-feira)	03/12/2024 (Terça-feira)	04/12/2024 (Quarta-feira)	05/12/2024 (Quinta-feira)	06/12/2024 (Sexta-feira)
<b>DESJEJUM</b>	Café com leite Biscoito maisena	Suco de abacaxi Bolo	Vitamina de banana Maçã	Mingau de Cacau	Leite com cacau Pão Hot dog com requeijão
<b>REFEIÇÃO</b>	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de beterraba ralada Melancia	Arroz , feijão Carne em cubos com cenoura Salada de repolho roxo Laranja	Arroz , feijão Peixe com batata Salada de Pepino Melão	Arroz , feijão Pernil a vinagrete Virado de couve Picolé de Fruta	Arroz , feijão <b>**Estrogonofe de frango com batata palha</b> <b>Legumes sauté (cenoura, vagem, chuchu, batata)</b> <b>Brigadeiro de colher/ Mesa de frutas</b>
<b>LANCHE</b>	Suco de manga Pão de forma com Manteiga	Mingau de Cacau	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	logurte de morango Maçã	Suco de abacaxi Bolo
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	MAÇÃ	DOCE DE LEITE	AMEIXA	BANANA	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 I	6 a 10 anos	974	108	20	18
Fundamental II	11 a 14 anos	768	117	30	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 Escolas Mistas - UMEs Usina H. Borden e Ulysses Guimarães - DEZEMBRO 2024



	09/12/2024 (Segunda-feira)	10/12/2024 (Terça-feira)	11/12/2024 (Quarta-feira)	12/12/2024 (Quinta-feira)	13/12/2024 (Sexta-feira)
<b>DESJEJUM (08h)</b>	Leite com cacau Biscoito Cream Craker	logurte de morango Maçã	Mingau de cacau	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Suco de manga Pão de forma integral com requeijão
<b>REFEIÇÃO (11h)</b>	Arroz, feijão Ovos cozidos Batata e cenoura sauté Laranja	Macarrão ao sugo Carne em cubos ao molho Salada de beterraba ralada Melão	Arroz, feijão Frango acebolado Salada de acelga com tomate Melancia	Arroz, feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata Melancia	Macarrão ao alho e óleo Carne moída com berinjela Salada de repolho Banana
<b>LANCHE (13h30)</b>	Vitamina de banana Maçã	Café com leite Pão de forma integral com requeijão	Suco de abacaxi Pão hot dog com Margarina	Vitamina de abacate Banana	Leite com cacau Biscoito Biscoito maisena
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (S/ AÇÚCAR)	PÊSSEGO	PERA	BANANA

\*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 I	6 a 10 anos	664	108	20	18
Fundamental II	11 a 14 anos	799	117	30	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 Escolas Mistas - UMEs Usina H. Borden e Ulysses Guimarães - DEZEMBRO 2024



	16/12/2024 (Segunda-feira)	17/12/2024 (Terça-feira)	18/12/2024 (Quarta-feira)	19/12/2024 (Quinta-feira)	20/12/2024 (Sexta-feira)
<b>DESJEJUM (08h)</b>	Vitamina de banana Maçã	Suco de uva Pão de forma integral com margarina	Vitamina de abacate Banana	Café com leite Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Biscoito cream cracker
<b>REFEIÇÃO (11h)</b>	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de beterraba cozida Melancia	Arroz, feijão Carne moída com cenoura Salada de repolho Melão	Arroz, feijão Frango com abobrinha Salada de alface Maçã	Arroz, feijão preto Pernil ao vinagrete Farofa rica Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne em cubos ao molho Salada de Soja com cenoura Melão
<b>LANCHE (13h30)</b>	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau Pão Hot dog com requeijão	Mingau de maisena	Suco de macacujá Bicoito Rosquinha de coco
<b>LANCHE DA SAÍDA</b>	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (S/ AÇÚCAR)	BANANA	MAÇÃ	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 I	6 a 10 anos	971	152	30	27
Fundamental II	11 a 14 anos	1177	166	54	33

*Sairley 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