

Cardápio Parcial - Pré Escola e Fundamental I e II - MARÇO 2025



	03/03/2025 (Segunda-feira)	04/03/2025 (Terça-feira)	05/03/2025 (Quarta-feira)	06/03/2025 (Quinta-feira)	07/03/2025 (Sexta-feira)	
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	PONTO FACULTATIVO - CARNAVAL			Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Suco de abacaxi Biscoito maisena	
REFEIÇÃO (10h/ 15h)				Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de grão de bico a vinagrete Maçã	Arroz, Feijão Frango com batata Salada de beterraba ralada Laranja	
				DOCE DE BANANA SEM AÇÚCAR		MAÇÃ
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)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	568	85	14	13
Fundamental	6 a 10 anos	593	86	20	18
	11 a 14 anos	816	88	24	22

Suzana Rutá Vieira da Silva
CRN-3 21934
Nutricionista RT - SAE

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

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

Cardápio Parcial - Pré Escola e Fundamental I e II - MARÇO 2025



	10/03/2025 (Segunda-feira)	11/03/2025 (Terça-feira)	12/03/2025 (Quarta-feira)	13/03/2025 (Quinta-feira)	14/03/2025 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h)	Leite com Cacau	Café com leite	Vitamina de abacate		Suco de melancia
LANCHE (13h)	Biscoito Cream Craker	Pão de forma integral com Requeijão	Banana	Mingau de cacau	Pão hot dog com margarina
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Arroz com cenoura, Feijão Ovos mexidos Salada de batata Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne em cubos ao molho Salada de feijão fradinho com cenoura Melão	Risoto de frango com ervilha, cenoura e salsa Salada de repolho misto Banana	Arroz, feijão preto Pernil com mandioca Salada de alface com cenoura Laranja	Arroz, Feijão Peixe com batata Salada de acelga com tomate Melancia
LANCHE DA SAÍDA	PERA	MAÇÃ	BANANA	PERA	NECTARINA
*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

Suzana Rutá Vieira da Silva
CRN-3 21934
Nutricionista RT - SAE

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

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

Cardápio Parcial - Pré Escola e Fundamental I e II - MARÇO 2025



	17/03/2025 (Segunda-feira)	18/03/2025 (Terça-feira)	19/03/2025 (Quarta-feira)	20/03/2025 (Quinta-feira)	21/03/2025 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	Leite com Cacau Biscoito Rosquinha de coco	Suco de abacaxi Pão de forma com Requeijão de Inhame	Vitamina de mamão com banana Maçã	iogurte de Morango Banana	Leite com Cacau Pão hot dog com manteiga
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Macarrão ao sugo Frango desfiado com abobrinha Salada de feijão branco com cenoura Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de acelga vom tomate Melão	Arroz com salsa Carne moída ao molho com chuchu e cenoura Salada de pepino Banana	Arroz, feijão preto Pernil a vinagrete quente Virado de couve Laranja	Arroz, Feijão Frango com mandioca Salada de alface Maçã
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA SEM AÇÚCAR	AMEIXA	BANANA	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	538	72	22	18
Fundamental	6 a 10 anos	653	90	26	21
	11 a 14 anos	765	104	31	25

Suzana Rutá Vieira da Silva

CRN-3 21934
Nutricionista RT - SAE

Dayanne dos Santos Ribeiro

CRN-3 38266
Nutricionista QT - SAE

Raquel N. R. C Neves

CRN-3 35646
Nutricionista QT - SAE

Cardápio Parcial - Pré Escola e Fundamental I e II - MARÇO 2025



	24/03/2025 (Segunda-feira)	25/03/2025 (Terça-feira)	26/03/2025 (Quarta-feira)	27/03/2025 (Quinta-feira)	28/03/2025 (sexta-feira)
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	Leite com cacau Biscoito Cream Craker	Mingau de maisena	Vitamina de abacate Banana	Café com leite Pão de forma com manteiga	*Suco Individual de uva *Bolo com cobertura de brigadeiro
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Batata e cenoura sauté Laranja	Macarrão ao alho e óleo com brócolis Carne moída ao molho Salada de soja a vinagrete Melão	Risoto de frango com abobrinha, milho, cenoura e salsa Salada de alface Maçã	Arroz, Feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de acelga com tomate Banana	Arroz com cenoura, Feijão Isca de frango acebolada Creme de milho Melancia
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA SEM AÇÚCAR	BANANA	GOIABA	MEXERICA
*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 sem recheio com cobertura caseira de brigadeiro 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)	Lípidios (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

Suzana Rutá Vieira da Silva
CRN-3 21934
Nutricionista RT - SAE

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

Raquel N. R. e Neves
CRN-3 35646
Nutricionista QT - SAE