



Cardápio Integral - Pré-escola / Fundamental I e II - OUTUBRO 2025

	06/10 (Segunda-feira)	07/10 (Terça-feira)	08/10 (Quarta-feira)	09/10 (Quinta-feira)	10/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Café com leite Pão hot dog com margarina	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Suco de manga Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de batata com cenoura Laranja	Arroz, feijão Carne em cubos com mandioca Salada de repolho com cenoura Melão	Arroz, feijão Frango ao molho Salada de alface com tomate Melancia	Arroz, feijão Preto Pernil a vinagrete Virado de couve Laranja	Arroz, feijão Estrogonofe de frango Batata sauté Brigadeiro de colher
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Biscoito Cream cracker	Suco de melancia Cuscuz de frango	Vitamina de abacate Biscoito rosquinha de coco	Vitamina de mamão com maçã Maçã	Suco de maracujá Bolo de cacau simples/ Pipoca salgada
JANTAR (16h)	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho com abobrinha Salada de feijão fradinho com tomate Melancia	Sopa de feijão com frango (batata, abóbora, chuchu, macarrão para sopa) Maçã	Macarrão ao sugo Carne em cubos com abóbora Salada de acelga com beterraba Laranja	Risoto de frango (com milho, cenoura e salsa) Salada de pepino com tomate Melão	Pão de hot dog com salsicha ao molho e batata palha Suco de laranja individual (agricultura familiar)
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	BANANA	PERA	PIPOCA DOCE
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1026	145	44	30
Fundamental	6 a 10 anos	1147	161	47	35

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

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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



Cardápio Integral - Pré-escola / Fundamental I e II - OUTUBRO 2025

	13/10 (Segunda-feira)	14/10 (Terça-feira)	15/10 (Quarta-feira)	16/10 (Quinta-feira)	17/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	SEMANA DA EDUCAÇÃO			
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, feijão Ovos mexidos Salada de acelga com tomate Laranja				
LANCHE (13h30)	Vitamina de banana Biscoito maisena				
JANTAR (16h)	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de feijão branco a vinagrete Melancia				
LANCHE DA SAÍDA	Doce de banana (sem açúcar)				
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1047	152	40	31
Fundamental	6 a 10 anos	1161	170	46	33

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

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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



Cardápio Integral - Pré-escola / Fundamental I e II - OUTUBRO 2025

	20/10 (Segunda-feira)	21/10 (Terça-feira)	22/10 (Quarta-feira)	23/10 (Quinta-feira)	24/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Café com leite Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão	Suco de abacaxi Pão de forma integral com margarina	Suco de manga Pão de hot dog com manteiga	Leite com cacau Pão de forma com requeijão
REFEIÇÃO (11h)	Arroz com cenoura, feijão Omelete com tomate e cebola Salada de batata Laranja	Arroz, feijão Carne moída com cenoura Salada de repolho roxo Melão	Arroz, feijão Frango com abobrinha Salada de alface Maçã	Arroz, feijão Carne em cubos com mandioca Salada de tomate Melancia	Arroz, feijão preto Pernil com cebola e pimentão Virado de couve Laranja
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Biscoito maisena	Mingau de cacau	Vitamina de abacate Banana	iogurte de morango Biscoito Rosquinha de coco	Vitamina de banana Maçã
JANTAR (16h)	Macarrão ao sugo Frango desfiado com cenoura Salada de repolho Melancia	Sopa de legumes com carne (mandioca, cenoura, chuchu, macarrão para a sopa) Maçã	Arroz com cenoura Peixe com batata Salada de acelga com tomate Melão	Risoto de frango (com milho, cenoura e salsa) Salada de beterraba cozida Banana	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de soja com couve flor e cenoura Maçã
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	BANANA	GOIABA	Suco da Agricultura Familiar
Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1012	130	30	22
Fundamental	6 a 10 anos	1112	142	36	28

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

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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



Cardápio Integral - Pré-escola / Fundamental I e II - OUTUBRO 2025

	27/10 (Segunda-feira)	28/10 (Terça-feira)	29/10 (Quarta-feira)	30/10 (Quinta-feira)	31/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Suco de manga Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga
REFEIÇÃO (11h)			Arroz, feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Batata e cenoura sauté Laranja	Arroz, feijão Peixe com batata Salada de alface com cenoura Maçã	Arroz, feijão Carne em cubos com abóbora Salada de beterraba ralada Melão
LANCHE (13h30)			Mingau de maisena	logurte de morango Biscoito rosquinha de coco	Suco individual de uva *Bolo de cacau com cobertura de brigadeiro
JANTAR (16h)			Macarrão ao sugo Frango com abobrinha Salada de acelga com tomate Melancia	Sopa de legumes com frango (mandioca, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Banana	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho Maçã
LANCHE DA SAÍDA			Doce de banana (sem açúcar)	CARAMBOLA	GOIABA
Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					
*Suco individual e bolo com cobertura de brigadeiro previsto para os aniversariantes do mês - Para as unidades em que o forno não comporta a produção de bolo deve ser servido bolinho individual com cobertura de brigadeiro e deve ser produzido um bolo com cobertura para o "Parabéns".					

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1012	130	30	22
Fundamental	6 a 10 anos	1112	142	36	28

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

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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