



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

	01/12 (Segunda-feira)	02/12 (Terça-feira)	03/12 (Quarta-feira)	04/12 (Quinta-feira)	05/12 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	Café com leite Biscoito maisena	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão	Vitamina de abacate Banana	Suco de abacaxi Bolo	iogurte de morango Maçã
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Macarrão alho e óleo	Arroz, feijão	Macarrão ao sugo	Arroz, feijão	Arroz , feijão
	Carne moída ao molho	Frango com batata doce	Carne em cubos com cenoura	Pernil a vinagrete	**Fundamental: Estrogonofe de frango com batata palha
	Salada de beterraba ralada Melancia	Salada de pepino com cenoura Maçã	Salada de repolho roxo Melão	Farofa de couve Laranja	**Pré escola: Frango Assado/ Farofa /Mesa de Frutas Legumes sauté (cenoura, vagem, chuchu, batata) Brigadeiro de colher
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	AMEIXA	BANANA	NECTARINA

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

**** Cardápio Festivo:**

Fundamental parcial: Estrogonofe com Batata palha, Legumes e Brigadeiro de colher;

Pré - escola parcial: Frango Assado, Farofa, Legumes, Brigadeiro de colher e Mesa de frutas decorativas (melancia, melão, abacaxi, uvas Thompson e Crimson, maçã, laranja, banana).

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

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 Parcial - Pré Escola e Fundamental I e II - DEZEMBRO 2025

	08/12 (Segunda-feira)	09/12 (Terça-feira)	10/12 (Quarta-feira)	11/12 (Quinta-feira)	12/12 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Mingau de maisena	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau Biscoito cream cracker	Suco de uva Pão de forma integral com requeijão
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Arroz, feijão Ovos cozidos Batata e cenoura sauté Laranja	Arroz, feijão Carne em cubos com abóbora Salada de beterraba ralada Melão	Risoto de frango (com milho, cenoura e salsa) Salada de acelga com tomate Banana	Arroz, feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata Melancia	Macarrão alho e óleo Carne moída com berinjela Salada de repolho Maçã
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	PÊSSEGO	BANANA	PERA
*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 SAE

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



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

	15/12 (Segunda-feira)	16/12 (Terça-feira)	17/12 (Quarta-feira)	18/12 (Quinta-feira)	19/12 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	Vitamina de banana Maçã	Suco de abacaxi Pão de forma integral com margarina	Vitamina de abacate Banana	Café com leite Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Biscoito cream cracker
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de beterraba cozida Melancia	Arroz, feijão Carne em cubos com cenoura Salada de repolho Melão	Macarrão ao sugo Frango com abobrinha Salada de alface Maçã	Arroz, feijão preto Pernil a vinagrete Farofa de couve Laranja	Arroz, feijão Carne moída com mandioca Salada de beterraba ralada Melancia
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	BANANA	MAÇÃ	PERA
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 SAE

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