

Cardápio Escolas Mistas - Ulysses Guimarães - Março 2026



	02/03/2026 (Segunda-feira)	03/03/2026 (Terça-feira)	04/03/2026 (Quarta-feira)	05/03/2026 (Quinta-feira)	06/03/2026 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Suco de uva Cuscuz com ovo	Leite com cacau Pão de forma com requeijão	Vitamina de abacate Banana	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de repolho com cenoura Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de beterraba ralada Maçã	Arroz, Feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de alface com tomate Banana	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de acelga Melancia	Arroz à grega Isca de frango acebolada Salada de beterraba ralada Melão
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Suco de melancia Biscoito Maisena	Mingau de cacau	Leite com café Pão de forma com manteiga	Vitamina de mamão Banana
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA SEM AÇÚCAR	BANANA	CARAMBOLA	PERA
Cardápio adaptado para atendimento adequado às turmas de período parcial e integral.					
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Fund. 2 - Parcial	11 a 14 anos	830	108	32	30
Fund. 2 - Integral	11 a 14 anos	1001	153	39	26

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

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

Cardápio Escolas Mistas - Ulysses Guimarães - Março 2026



	09/03/2026 (Segunda-feira)	10/03/2026 (Terça-feira)	11/03/2026 (Quarta-feira)	12/03/2026 (Quinta-feira)	13/03/2026 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Suco de uva Biscoito Rosquinha de coco	Leite com café Pão de forma integral com Margarina	Vitamina de banana e maçã Banana	Mingau de cacau	Leite com cacau Pão de forma com manteiga
REFEIÇÃO (11h)	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de feijão fradinho com cenoura Melancia	Arroz, Feijão Frango com cenoura Salada de acelga Melão	Arroz, Feijão Peixe com batata Saldada de alface Maçã	Arroz, feijão preto Pernil com cenoura Virado de couve Laranja	Risoto de frango (cenoura, milho e salsa) Salada de Escarola com tomate Banana
LANCHE (13h30)	Leite com Cacau Pão hot dog com requeijão	Suco de abacaxi Cuscuz com ovo	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	logurte de morango Biscoito Cream cracker	Vitamina de abacate Maçã
LANCHE DA SAÍDA	PERA	MAÇA	BANANA	PERA	NECTARINA
Cardápio adaptado para atendimento adequado às turmas de período parcial e integral.					
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Fund. 2 - Parcial	11 a 14 anos	816	106	35	28
Fund. 2 - Integral	11 a 14 anos	1019	151	38	29

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

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

Cardápio Escolas Mista - Ulysses Guimarães - Março 2026



	16/03/2026 (Segunda-feira)	17/03/2026 (Terça-feira)	18/03/2026 (Quarta-feira)	19/03/2026 (Quinta-feira)	20/03/2026 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Suco de melancia Pão de hot dog com manteiga	Cuscuz com ovo Suco de abacaxi	Suco integral individual (agricultura familiar) Bolo Simples	logurte de Morango Banana	Leite com cacau Pão de hot doc com requeijão
REFEIÇÃO (11h)	Arroz com cenoura, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de acelga com tomate Laranja	Macarrão ao sugo Carne em cubos com chuchu Salada de beterraba ralada Melão	Arroz, Feijão Carne moída com cenoura Batata sauté Banana	Arroz, feijão preto Pernil a vinagrete quente Virado de couve Laranja	Sopa de feijão com legumes e frango (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão para sopa) Maçã
LANCHE (13h30)	Leite com Cacau Biscoito Rosquinha de coco	Suco integral individual (agricultura familiar) Bolo Simples	Mingau de maisena	Leite com café Pão de forma integral com manteiga	Vitamina de abacate Maçã
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA SEM AÇÚCAR	AMEIXA	BANANA	GOIABA
Cardápio adaptado para atendimento adequado às turmas de período parcial e integral.					
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Fund. 2 - Parcial	11 a 14 anos	830	108	32	30
Fund. 2 - Integral	11 a 14 anos	1041	153	38	31

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

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

Cardápio Escolas Mistas - Ulysses Guimarães - Março 2026



	23/03/2026 (Segunda-feira)	24/03/2026 (Terça-feira)	25/03/2026 (Quarta-feira)	26/03/2026 (Quinta-feira)	27/03/2026 (sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com café Pão de hot dog com manteiga	Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Mingau de maisena	Vitamina de abacate Banana	Leite com cacau Pão de forma com requeijão
REFEIÇÃO (11h)	Arroz com Brócolis Frango ao molho Salada de soja a vinagrete Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de repolho Melancia	Arroz, Feijão preto Pernil com cebola e tomate Virado de acelga Banana	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de pepino Melão	Arroz com cenoura, Feijão Estrogonofe de frango Salada de alface com tomate Maçã
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Biscoito Cream craker	Vitamina de banana Maçã	Suco de abacaxi Pão de forma com pasta de grão de bico	Leite com cacau Pão de hot dog com margarina	Suco de manga Cuscuz com frango
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA SEM AÇÚCAR	BANANA	GOIABA	MEXERICA

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Cardápio adaptado para atendimento adequado às turmas de período parcial e integral.

*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".

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Fund. 2 - Parcial	11 a 14 anos	830	108	32	30
Fund. 2 - Integral	11 a 14 anos	1041	153	38	31

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

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

Cardápio Escolas Mistas - Ulysses Guimarães - Março 2026



	30/03/2026 (Segunda-feira)	31/03/2026 (Terça-feira)	
DESJEJUM (08h)	Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão	Suco de manga Pão de forma com pasta de grão de bico	
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, Feijão	Macarrão ao sugo	
	Omelete com tomate e cebola	Carne em cubos desfiada	
	Batata sauté	Salada de repolho com tomate	
	Laranja	Melancia	
LANCHE (13h30)	Leite com cacau	Vitamina de banana	
	Biscoito rosquinha de coco	Maçã	
LANCHE DA SAÍDA	SUCO INTEGRAL IND. (AGRICULTURA FAMILIAR)	DOCE DE BANANA SEM AÇÚCAR	
*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)
Fund. 2 - Parcial	11 a 14 anos	830	108	32	30
Fund. 2 - Integral	11 a 14 anos	1041	153	38	31

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

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