

	06/06/2022 (Segunda-feira)	07/06/2022 (Terça-feira)	08/06/2022 (Quarta-feira)	09/06/2022 (Quinta-feira)	10/06/2022 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h)	Leite com Cacau	Suco de Goiaba	Iogurte de Morango	Vitamina de Banana	Mingau de aveia com cacau
LANCHE (13h)	Pão hot dog com margarina	Bolo	Maçã	Pão de forma com Requeijão de Inhamé	
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Macarrão ao alho e óleo com abobrinha Atum ao molho Salada de Acelga Maçã	Arroz, Feijão Preto Pernil com abóbora Virado de Couve Laranja	Sopa de legumes com frango (cenoura, mandioca, abobrinha) Melancia	Arroz, Feijão Carne moída com cenoura Salada de Alface Banana	Arroz, Feijão Frango com Batata Repolho com tomate Melão

***O EJA contempla somente a Refeição.**

*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	574,54	89	23	14
Fundamental	6 a 10 anos	608,79	94	24	15
	11 a 14 anos	711,11	105	34	17
EJA	Adultos	442,3	63	26	9

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Bonizzoni

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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



	13/06/2022 (segunda-feira)	14/06/2022 (Terça-feira)	15/06/2022 (Quarta-feira)	16/06/2022 (Quinta-feira)	17/06/2022 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h)	Leite com Cacau	Vitamina de banana	Leite com Cacau	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
LANCHE (13h)	Biscoito Maisena	Pão de forma com Requeijão	Maçã		
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Macarrão ao alho e óleo com cenoura Frango ao sugo Salada de repolho Maçã	Arroz, Feijão Ovos mexidos com cebola Salada de beterraba cozida Laranja	Sopa de feijão com carne (abóbora, chuchu, batata) Melão		

***O EJA contempla somente a Refeição.**

*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)	Lípidios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	311	46	11	9
Fundamental	6 a 10 anos	338	49	12	10
	11 a 14 anos	374,6	56	19	10
EJA	Adultos	196,17	31	8	4

Sáirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Bonizzoni

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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



	20/06/2022 (Segunda-feira)	21/06/2022 (Terça-feira)	22/06/2022 (Quarta-feira)	23/06/2022 (Quinta-feira)	24/06/2022 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h)	Leite com Cacau	Leite com cacau		Suco de Uva	Suco de Manga
LANCHE (13h)	Maçã	Pão integral com margarina	Arroz doce	Bolo de cacau com cobertura	Pipoca
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Macarrão ao sugo Frango desfiado com milho Beterraba ralada Melão	Arroz com cenoura, Feijão Atum ao molho com coentro Salada de batata Laranja	Pão hot dog com Salsicha ao molho e batata palha Suco de Melancia	Caldo verde com Pernil Pão (acompanhamento) Maçã	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho com cenoura e chuchu Salada Alface com tomate Banana

***O EJA contempla somente a Refeição.**

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

*Dia 22/06 - Lanche festivo de Festa Junina
Bolo: Para o Fundamental será servido bolinho recheado.

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	545,85	88	16	13
Fundamental	6 a 10 anos	581,11	92	20	15
	11 a 14 anos	641,04	102	23	45
EJA	Adultos	386,06	60	17	9

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Bonizzoni

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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

	27/06/2022 (Segunda-feira)	28/06/2022 (Terça-feira)	29/06/2022 (Quarta-feira)	30/06/2022 (Quinta-feira)	01/07/2022 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h)	Leite com Cacau	Suco de melancia	Vitamina de Banana	Leite com cacau	Vitamina de Abacate
LANCHE (13h)	Biscoito Cream Craker	Pão de forma integral com patê de abóbora	Maçã	Pão hot dog com requeijão de inhame	Banana
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Arroz com cenoura, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de pepino Laranja	Arroz, Feijão Preto Carne em cubos com mandioca Salada de repolho com cenoura ralada Melão	Sopa de legumes com frango (cenoura, chuchu, batata doce e macarrão) Melancia	Arroz, Feijão Carne moída ao molho cenoura Salada de Alface Laranja	Macarrão ao alho de óleo Frango ensopado com chuchu Salada de escarola com tomate Maçã

***O EJA contempla somente a Refeição.**

*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	580	90	23	14
Fundamental	6 a 10 anos	611,12	93	24	16
	11 a 14 anos	703,25	108	30	17
EJA	Adultos	422,53	64	21	9

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Bonizzoni

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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