

|   | 04/07/2022 (Segunda-feira)   | 05/07/2022 (Terça-feira)   | 06/07/2022 (Quarta-feira)                                       | 07/07/2022 (Quinta-feira)  | 08/07/2022 (Sexta-feira)  |
|---|--|--|---|--|---|
| <b>DESJEJUM<br/>(7h)</b>  | Vitamina de banana   | Leite com cacau  |   | Leite com cacau  | Leite com cacau   |
| <b>LANCHE<br/>(13h)</b>   | Pão de forma com margarina   | Maçã   | Mingau de maisena   | Biscoito rosquinha de coco   | Biscoito Maisena  |
| <b>REFEIÇÃO<br/>(10h/ 15h)</b>  | Macarrão ao alho e óleo<br><br>Atum ao sugo<br><br>Salada de acelga com cenoura<br><br>Melão | Arroz, Feijão Preto<br><br>Pernil com chuchu<br><br>Farofa rica<br><br>Laranja | Risoto de frango<br><br>com abobrinha e cenoura<br><br>Melancia | Arroz, Feijão<br><br>Carne em cubos com batata<br><br>Salada de beterraba ralada<br><br>Maçã | Macarrão ao alho de óleo com cenoura<br><br>Carne moída ao molho com milho<br><br>Salada de pepino<br><br>Laranja |
| <b>*O EJA contempla somente a Refeição.</b>   |  |  |   |  |   |
| *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   | 604,49         | 94               | 23            | 28           |
| Fundamental | 6 a 10 anos  | 673,5          | 103              | 26            | 31           |
|             | 11 a 14 anos | 746,02         | 115              | 29            | 32           |
| EJA         | Adultos      | 464,46         | 75               | 21            | 9            |

*Sárlley 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

## Cardápio Parcial (Pré-escola/ Fundamental I e II/ EJA) - JULHO 2022



|   | 25/07/2022 (Segunda-feira)  | 26/07/2022 (Terça-feira)  | 27/07/2022 (Quarta-feira)  | 28/07/2022 (Quinta-feira)  | 29/07/2022 (Sexta-feira)  |
|---|---|---|--|--|---|
| <b>DESJEJUM (7h)</b><br><b>LANCHE (13h)</b> | Leite com Cacau<br><br>Pão de forma com margarina                                       | Suco de Goiaba<br><br>Biscoito rosquinha de coco                                    | Leite com cacau<br><br>Maçã  | Vitamina de Banana<br><br>Pão de forma com Requeijão de Inhame                     | Mingau de aveia com cacau   |
| <b>REFEIÇÃO (10h/ 15h)</b>                  | Macarrão ao alho e óleo<br><br>Frango com abobrinha<br><br>Salada de Acelga<br><br>Maçã | Arroz, Feijão Preto<br><br>Pernil com abóbora<br><br>Virado de Couve<br><br>Laranja | Sopa de legumes com frango<br><br>(cenoura, mandioca, abobrinha)<br><br><br><br>Melancia | Arroz, Feijão<br><br>Carne moída com cenoura<br><br>Salada de Alface<br><br>Banana | Arroz, Feijão<br><br>Frango com Batata<br><br>Repolho com tomate<br><br>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   | 559,56         | 88               | 22            | 26           |
| Fundamental | 6 a 10 anos  | 633,26         | 97               | 24            | 29           |
|             | 11 a 14 anos | 708,19         | 111              | 28            | 30           |
| EJA         | Adultos      | 667,68         | 105              | 26            | 29           |

*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