

	31/10 (Segunda-feira)	01/11 (Terça-feira)	02/11 (Quarta-feira)	03/11 (Quinta-feira)	04/11 (Sexta-feira)
DESJEJUM/ LANCHE (7h/13h)	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	Iogurte de morango Maçã	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco
ALMOÇO/ JANTAR (10h/15h)				Arroz, Feijão Omelete com cenoura Salada de acelga com tomate Laranja	Macarrão Frango ao molho com cenoura Salada de alface Melancia

Composição nutricional (Média semanal)	Categoria	Idade	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	Fundamental	6 a 10 anos	338,96	12/fev	14/jan	12/jan

	07/11 (Segunda-feira)	08/11 (Terça-feira)	09/11 (Quarta-feira)	10/11 (Quinta-feira)	11/11 (Sexta-feira)
DESJEJUM/ LANCHE (7h/13h)	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Mingau de cacau	Vitamina de mamão com banana Maçã	Suco de manga Bolo	Leite com cacau Pão hot dog com margarina
ALMOÇO/ JANTAR (10h/15h)	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz com cenoura, feijão Moqueca de atum (cebola, tomate, pimentão, coentro) Salada de batata Melão	Sopa de legumes com frango (macarrão de sopa, abóbora, batata doce e chuchu) Melancia	Macarrão Frango com abóbora Salada de alface com tomate Banana	Arroz, Feijão Carne em cubos com abobrinha Repolho refogado Maçã

Composição nutricional (Média semanal)	Categoria	Idade	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	Fundamental	6 a 10 anos	608,92	77	19	25

	14/11 (Segunda-feira)	15/11 (Terça-feira)	16/11 (Quarta-feira)	17/11 (Quinta-feira)	18/11 (Sexta-feira)
DESJEJUM/ LANCHE (7h/13h)	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	Vitamina de abacate Biscoito maisena	Vitamina de mamão Pão hot dog com requeijão	Leite com cacau Banana
ALMOÇO/ JANTAR (10h/15h)			Sopa de feijão com carne em cubos (macarrão de sopa, mandioca, cenoura, chuchu) Banana	Arroz, Feijão Carne moída ao molho Salada de Alface Laranja	Macarrão ao sugo Isca de frango acebolada Creme de milho Melão

Composição nutricional (Média semanal)	Categoria	Idade	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	Fundamental	6 a 10 anos	473,79	73	20	11

	21/11 (Segunda-feira)	22/11 (Terça-feira)	23/11 (Quarta-feira)	24/11 (Quinta-feira)	25/11 (Sexta-feira)
DESJEJUM/ LANCHE (7h/13h)	Leite com cacau Pão de forma integral com margarina	Suco de melancia Pão hot dog com patê de cenoura com frango	Leite com cacau Banana	Suco de uva Bolo	Arroz doce
ALMOÇO/ JANTAR (10h/15h)	Arroz, Feijão Omelete com cebola, tomate e orégano Salada de batata Laranja	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de acelga com tomate Melão	Caldo verde (Pernil, batata e couve) Maçã	Macarrão Carne moída c/ abobrinha Salada de Alface Melancia	Arroz, Feijão Frango desfiado ao molho Polenta / Salada de escarola Banana

Composição nutricional (Média semanal)	Categoria	Idade	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	Fundamental	6 a 10 anos	820,16	103	28	33

	28/11 (Segunda-feira)	29/11 (Terça-feira)	30/11 (Quarta-feira)	01/12 (Quinta-feira)	02/12 (Sexta-feira)
DESJEJUM/ LANCHE (7h/13h)	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Vitamina de banana Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Maçã	Suco de manga Pão de forma com requeijão de inhame e frango	Leite com cacau Banana
ALMOÇO/ JANTAR (10h/15h)	Arroz, Feijão Omelete com cenoura Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com chuchu Salada de beterraba cozida Melancia	Sopa de legumes com frango (macarrão de sopa, mandioca, cenoura e abobrinha) Banana	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Laranja	Macarrão ao alho e óleo Frango ao molho Salada de alface e tomate Maçã

Composição nutricional (Média semanal)	Categoria	Idade	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	Fundamental	6 a 10 anos	639,72	97	27	16

Suzana Ruth Vieira da Silva  
CRN-3 21934  
Nutricionista - SAE

Shirley Lopes Fernandes da Silva  
CRN-3 16607  
Nutricionista Bonizzoni