



	31/10/2022 (Segunda-feira)	01/11/2022 (Terça-feira)	02/11/2022 (Quarta-feira)	03/11/2022 (Quinta-feira)	04/11/2022 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	FERIADO NACIONAL	Leite com cacau Pão de forma integral com margarina	Leite com cacau Pão hot dog com Requeijão
REFEIÇÃO (11h)				Arroz, Feijão Ovos mexidos com tomate e cebola Salada de batata Laranja	Arroz, Feijão Carne moída com cenoura Salada de beterraba cozida Melancia
LANCHE (13h30)				Vitamina de banana Biscoito Rosquinha de coco	Mingau de maisena
JANTAR (16h)				Macarrão ao alho e óleo com abobrinha Frango desfiado ao molho Salada de Acelga Melão	Sopa de feijão com carne (abóbora, chuchu, batata) Maçã

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Composição nutricional (Média Semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	664,84	108	26	28
Fundamental	6 a 10 anos	749,30	120	30	30

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



	07/11/2022 (Segunda-feira)	08/11/2022 (Terça-feira)	09/11/2022 (Quarta-feira)	10/11/2022 (Quinta-feira)	11/11/2022 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com cacau Pão de forma Integral com Requeijão	Leite com cacau Pão hot dog com Requeijão	Suco de goiaba Pão hot dog com requeijão de Inhame e frango	Leite com cacau Pão de forma com margarina	Leite com cacau Pão hot dog com Requeijão
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de repolho com tomate Laranja	Arroz com cenoura, Feijão Moqueca de Atum (cebola, tomate, pimentão, cebola e coentro) Salada de batata Melão	Arroz, Feijão Carne moída com abóbora Salada de escarola Melancia	Arroz, Feijão Frango com batata Salada de alface com tomate Maçã	Arroz, Feijão Pernil à vinagrete Farofa rica Laranja
LANCHE (13h30)	Vitamina de Banana com maçã Biscoito Cream Craker	Mingau de cacau	Vitamina de mamão Banana	Suco de manga Bolo	Vitamina de abacate Maçã
JANTAR (16h)	Macarrão ao sugo Frango com abobrinha Salada de pepino Melancia	Arroz com salsa Pernil com mandioca Salada de acelga Laranja	Sopa de feijão com frango (cenoura, chuchu, macarrão) Maçã	Arroz à Grega Carne em cubos ao molho Polenta cremosa Melão	Macarrão ao alho e óleo Carne moída com chuchu Salada de cenoura ralada Banana

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Composição nutricional (Média Semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1147,51	183	47	39
Fundamental	6 a 10 anos	1280,49	203	52	43

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

	14/11/2022 (Segunda-feira)	15/11/2022 (Terça-feira)	16/11/2022 (Quarta-feira)	17/11/2022 (Quinta-feira)	18/11/2022 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	PONTO FACULTATIVO	FERIADO NACIONAL	Leite com cacau Pão hot dog com margarina	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Suco de Uva Pão de forma com patê de cenoura e frango
REFEIÇÃO (11h)			Arroz, Feijão Ovos mexidos Batata e cenoura sauté Laranja	Arroz, Feijão Preto Pernil com mandioca Salada de repolho Maçã	Arroz, Feijão Frango com abobrinha Salada de escarola com tomate Melão
LANCHE (13h30)			iogurte de Morango Maçã	Vitamina de mamão Maisena	Mingau de aveia
JANTAR (16h)			Macarrão ao alho e óleo Frango ao molho Salada de beterraba ralada Melão	Arroz Branco Carne moída com batata Salada de acelga Banana	Sopa de carne com legumes (abóbora, chuchu, batata) Maçã
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					

Composição nutricional (Média Semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	742,82	99	25	33
Fundamental	6 a 10 anos	822,13	112	28	35

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



	21/11/2022 (Segunda-feira)	22/11/2022 (Terça-feira)	23/11/2022 (Quarta-feira)	24/11/2022 (Quinta-feira)	25/11/2022 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08:00)	Leite com Cacau Pão de forma integral com Requeijão	Suco de Manga Pão hot dog com patê de abóbora e frango	Leite com Cacau Pão de forma com requeijão	Leite com Cacau Pão hot dog com margarina	Leite com Cacau Pão de forma integral com Requeijão
REFEIÇÃO (11:00)	Arroz, Feijão Omelete com cebola, tomate e orégano Salada de pepino Laranja	Arroz, Feijão Isca de frango acebolada Creme de milho Melancia	Arroz, Feijão Preto Pernil à vinagrete Virado de couve Laranja	Arroz, Feijão Atum com batata Salada de acelga com tomate Maçã	Arroz, Feijão Carne moída com ervilha Salada de alface Banana
LANCHE (13:30)	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau Biscoito Cream Craker	Vitamina de mamão Banana	Suco de Goiaba Bolo	Arroz doce
JANTAR (16:00)	Caldo verde com pernil Melão	Macarrão alho ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de beterraba cozida Maçã	Sopa de feijão com carne (cenoura, chuchu e macarrão) Melão	Arroz Branco Frango com abóbora Salada de escarola Melancia	Macarrão ao alho e óleo com cenoura Carne em cubos ao molho Salada de repolho Laranja

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Composição nutricional (Média Semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1111,34	183	45	36
Fundamental	6 a 10 anos	1243,52	199	51	41

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



	28/11/2022 (Segunda-feira)	29/11/2022 (Terça-feira)	30/11/2022 (Quarta-feira)	01/12/2022 (Quinta-feira)	02/12/2022 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com Cacau Pão hot dog com Requeijão	Leite com cacau Pão de forma integral com Margarina	Leite com cacau Pão hot dog com Requeijão	Suco de melancia Pão de forma com requeijão de inhame e frango	Leite com cacau Pão hot dog com Requeijão
REFEIÇÃO (11h)	Arroz com cenoura, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Batata sautê Laranja	Arroz, Feijão Carne moída com cenoura Beterraba cozida Melão	Arroz, Feijão Carne em cubos com batata doce Salada de pepino Melancia	Arroz, Feijão Preto Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Laranja	Arroz, Feijão Frango com mandioca Salada de escarola com tomate Maçã
LANCHE (13h30)	logurte de Morango Biscoito Rosquinha de coco	Mingau de Cacau	Vitamina de abacate Maçã	Leite com cacau Biscoito maisena	Vitamina de Mamão Banana
JANTAR (16h)	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de repolho Maçã	Arroz com abobrinha Pernil com batata Salada de acelga Laranja	Sopa de legumes com frango (batata , abóbora e chuchu) Banana	Macarrão à bolonhesa (Carne moída ao molho) Salada de alface Melão	Sopa de feijão com carne (cenoura, chuchu, batata) Laranja
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					

Composição nutricional (Média Semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1074,81	172	43	37
Fundamental	6 a 10 anos	1212,51	191	49	42

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

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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