

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE FUNDAMENTAL

MAIO 2024

			4ª FEIRA – 01/05	5ª FEIRA – 02/05	6ª FEIRA – 03/05
LANCHE MANHÃ E TARDE			FERIADO	Macarrão Espaguete Carne Moída Abóbora Refogada Salada de Repolho	Pão Francês c/ Ovo Mexido e Tomate Picado Suco de Uva Integral Banana
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 35% do VET	
	260 kcal	40g	9g	9g	
		59,09%	13,5%	28,6%	

Nutricionistas: Ana Paula Farias Antunes CRN10 7694

Bruna da Silva Ramos CRN10 4289

Karolainny Rocha CRN10 11025





- Para os alunos intolerantes à lactose, retirar o leite e seus derivados das preparações e substituir por leite sem lactose. No caso do queijo, substituir por omelete.
- Para os alunos celíacos (não podem comer trigo/cevada/aveia) substituir o macarrão por arroz, bolos e pães pela rosquinha de polvilho.
- Para os alunos que possuem diabetes tipo 1 ou 2 deverão: substituir o arroz parboilizado e macarrão pela opção do macarrão e arroz integral. Já os sucos, servir sem adição de açúcar.
- Os hortifrutis poderão sofrer alterações na entrega devido a sazonalidade.
- Sempre respeitar o cardápio proposto, caso necessite de alterações sempre comunicar o setor de alimentação escolar.
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 1 litro de água (vide embalagem).
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 2 litros de água (vide embalagem).
- **TODOS OS ALIMENTOS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SÃO PARA CONSUMO EXCLUSIVO DOS ALUNOS, CONFORME PORTARIA N.009/2019.**

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE FUNDAMENTAL

MAIO 2024

	2ª FEIRA - 06/05	3ª FEIRA – 07/05	4ª FEIRA – 08/05	5ª FEIRA – 09/05	6ª FEIRA – 10/05
LANCHE MANHÃ E TARDE	Risoto de Frango Repolho Refogado Laranja Pera	Arroz Integral Feijão Preto Carne de Panela c/ Abóbora Maçã	Iogurte c/ Granola, Banana e Mamão Picado Biscoito Cream Cracker	Macarrão Espaguete Carne Moída c/ Abóbora Salada de Alface com Tomate	Torta Salgada de Frango Suco Polpa Laranja Bergamota
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 35% do VET	
		43g	10g	8g	
		63,5%	15%	25,45%	
285 kcal					

Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694

Bruna da Silva Ramos CRN10 4289

Karolainny Rocha CRN10 11025





- Para os alunos intolerantes à lactose, retirar o leite e seus derivados das preparações e substituir por leite sem lactose. No caso do queijo, substituir por omelete.
- Para os alunos celíacos (não podem comer trigo/cevada/aveia) substituir o macarrão por arroz, bolos e pães pela rosquinha de polvilho.
- Para os alunos que possuem diabetes tipo 1 ou 2 deverão: substituir o arroz parboilizado e macarrão pela opção do macarrão e arroz integral. Já os sucos, servir sem adição de açúcar.
- Os hortifrutis poderão sofrer alterações na entrega devido a sazonalidade.
- Sempre respeitar o cardápio proposto, caso necessite de alterações sempre comunicar o setor de alimentação escolar.
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 1 litro de água (vide embalagem).
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 2 litros de água (vide embalagem).
- **TODOS OS ALIMENTOS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SÃO PARA CONSUMO EXCLUSIVO DOS ALUNOS, CONFORME PORTARIA N.009/2019.**

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE FUNDAMENTAL

MAIO 2024

	2ª FEIRA - 13/05	3ª FEIRA – 14/05	4ª FEIRA – 15/05	5ª FEIRA – 16/05	6ª FEIRA – 17/05
LANCHE MANHÃ E TARDE	Minestra Omelete Abobrinha Italiana com Tomate Abacaxi	Macarrão Parafuso Sobrecoca Ensopada Abóbora Refogada Laranja Bergamota	Arroz Bobó de Frango Brócolis Cozido Mamão	Carreteiro com Cenoura Suco de Uva Integral	Pão Fatiado com Queijo Café com Leite Banana
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 35% do VET	
		42g	9,5g	10,5g	
		62,04%	14,25%	33,4%	
	275 kcal				

Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694

Bruna da Silva Ramos CRN10 4289

Karolainny Rocha CRN10 11025





- Para os alunos intolerantes à lactose, retirar o leite e seus derivados das preparações e substituir por leite sem lactose. No caso do queijo, substituir por omelete.
- Para os alunos celíacos (não podem comer trigo/cevada/aveia) substituir o macarrão por arroz, bolos e pães pela rosquinha de polvilho.
- Para os alunos que possuem diabetes tipo 1 ou 2 deverão: substituir o arroz parboilizado e macarrão pela opção do macarrão e arroz integral. Já os sucos, servir sem adição de açúcar.
- Os hortifrutis poderão sofrer alterações na entrega devido a sazonalidade.
- Sempre respeitar o cardápio proposto, caso necessite de alterações sempre comunicar o setor de alimentação escolar.
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 1 litro de água (vide embalagem).
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 2 litros de água (vide embalagem).
- **TODOS OS ALIMENTOS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SÃO PARA CONSUMO EXCLUSIVO DOS ALUNOS, CONFORME PORTARIA N.009/2019.**

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE FUNDAMENTAL

MAIO 2024

	2ª FEIRA - 20/05	3ª FEIRA – 21/05	4ª FEIRA – 22/05	5ª FEIRA – 23/05	6ª FEIRA – 24/05
LANCHE MANHÃ E TARDE	Risoto de Frango Repolho Refogado Goiaba	Macarrão Parafuso Carne moída Abóbora Cabotiá Refogada	Torta Salgada de Frango Suco de Laranja Banana	Minestra Omelete Rúcula Laranja Bergamota	Bolo de Chocolate 50% Cacau Café com Leite
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 35% do VET	
	265 kcal	43g 63,5%	9,8g 14,7%	10,3g 32,77%	

Nutricionistas: Ana Paula Farias Antunes CRN10 7694

Bruna da Silva Ramos CRN10 4289

Karolainny Rocha CRN10 11025





- Para os alunos intolerantes à lactose, retirar o leite e seus derivados das preparações e substituir por leite sem lactose. No caso do queijo, substituir por omelete.
- Para os alunos celíacos (não podem comer trigo/cevada/aveia) substituir o macarrão por arroz, bolos e pães pela rosquinha de polvilho.
- Para os alunos que possuem diabetes tipo 1 ou 2 deverão: substituir o arroz parboilizado e macarrão pela opção do macarrão e arroz integral. Já os sucos, servir sem adição de açúcar.
- Os hortifrutis poderão sofrer alterações na entrega devido a sazonalidade.
- Sempre respeitar o cardápio proposto, caso necessite de alterações sempre comunicar o setor de alimentação escolar.
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 1 litro de água (vide embalagem).
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 2 litros de água (vide embalagem).
- **TODOS OS ALIMENTOS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SÃO PARA CONSUMO EXCLUSIVO DOS ALUNOS, CONFORME PORTARIA N.009/2019.**

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE FUNDAMENTAL

MAIO 2024

	2ª FEIRA - 27/05	3ª FEIRA – 28/05	4ª FEIRA – 29/05	5ª FEIRA – 30/05	6ª FEIRA – 31/05
LANCHE MANHÃ E TARDE	Macarrão Espaguete Carne de Panela Farofa Sobremesa Goiaba	Arroz Bobó de Frango Salada de Repolho Suco Polpa	Minestra Omelete Salada de Alface com Tomate Banana	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 35% do VET	
		283 kcal	42,5g 62,78%	9,4g 14,1%	10,2g 32,45%

Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694

Bruna da Silva Ramos CRN10 4289

Karolainny Rocha CRN10 11025





- Para os alunos intolerantes à lactose, retirar o leite e seus derivados das preparações e substituir por leite sem lactose. No caso do queijo, substituir por omelete.
- Para os alunos celíacos (não podem comer trigo/cevada/aveia) substituir o macarrão por arroz, bolos e pães pela rosquinha de polvilho.
- Para os alunos que possuem diabetes tipo 1 ou 2 deverão: substituir o arroz parboilizado e macarrão pela opção do macarrão e arroz integral. Já os sucos, servir sem adição de açúcar.
- Os hortifrutis poderão sofrer alterações na entrega devido à sazonalidade.
- Sempre respeitar o cardápio proposto, caso necessite de alterações sempre comunicar o setor de alimentação escolar.
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 1 litro de água (vide embalagem).
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 2 litros de água (vide embalagem).
- **TODOS OS ALIMENTOS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SÃO PARA CONSUMO EXCLUSIVO DOS ALUNOS, CONFORME PORTARIA N.009/2019.**

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE FUNDAMENTAL

MAIO 2024

	2ª FEIRA - 03/06	3ª FEIRA – 04/06						
LANCHE MANHÃ E TARDE	Risoto de Frango Beterraba Cozida Laranja Pera	Arroz Integral Feijão Preto Carne de Panela c/ Abóbora Suco Polpa						
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)				
					55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
					268 kcal	40,5g	9,4g	10,2g
						59,82%	14,10%	32,45%

- Para os alunos intolerantes à lactose, retirar o leite e seus derivados das preparações e substituir por leite sem lactose. No caso do queijo, substituir por omelete.
- Para os alunos celíacos (não podem comer trigo/cevada/aveia) substituir o macarrão por arroz, bolos e pães pela rosquinha de polvilho.
- Para os alunos que possuem diabetes tipo 1 ou 2 deverão: substituir o arroz parboilizado e macarrão pela opção do macarrão e arroz integral. Já os sucos, servir sem adição de açúcar.
- Os hortifrutis poderão sofrer alterações na entrega devido à sazonalidade.
- Sempre respeitar o cardápio proposto, caso necessite de alterações sempre comunicar o setor de alimentação escolar.
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 1 litro de água (vide embalagem).
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 2 litros de água (vide embalagem).
- **TODOS OS ALIMENTOS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SÃO PARA CONSUMO EXCLUSIVO DOS ALUNOS, CONFORME PORTARIA N.009/2019.**