

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



4 a 5 anos

Novembro/ 2025

SEMANA 1		SEGUNDA-FEIRA 03/11/2025	TERÇA-FEIRA 04/11/2025	QUARTA-FEIRA 05/11/2025	QUINTA-FEIRA 06/11/2025	SEXTA-FEIRA 07/11/2025
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ Das 6h50 às 7h10	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade média de banana (110g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	20 gramas Biscoito de polvilho 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade média de banana (110g) 200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)
	LANCHE I A partir de 9h25	80g arroz com carne moída bovina e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne moída bovina e 10g cenoura)	60g de Feijão Campeiro (40g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 65g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	Pão com Frango moído (1 unidade de pão francês (25g), 15g de frango moído e 20g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	80g macarrão com carne moída (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate) 1 unidade média de banana (110g)	80g de galinhada (40g arroz branco com 10g Cenoura ,10 g de milho e 20g frango em cubos) 45g de feijão carioca
TARDE	LANCHE I Das 12h50 às 13h00	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	1 unidade média de banana (110g)	5 unidades biscoito tipo maisena	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco
	LANCHE II A partir de 15h15	80g arroz com carne moída bovina e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne moída bovina e 10g cenoura)	60g de Feijão Campeiro (40g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 65g de arroz branco	Pão com Frango moído (1 unidade de pão francês (25g), 15g de frango moído e 20g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	80g macarrão com carne moída (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate) 1 unidade média de banana (110g)	80g de galinhada (40g arroz branco com 10g Cenoura ,10 g de milho e 20g frango em cubos) 45g de feijão carioca

Observação: O cardápio está sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega por nossos fornecedores, sazonalidade de frutas e hortaliças. Fica autorizado a troca de frutas e hortaliças pelos merendeiros conforme grau de maturação, porém nenhum item pode ser retirado sem autorização ou trocado sem justificativa. Demais trocas só poderão ocorrer com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição.

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



4 a 5 anos

Novembro/ 2025

SEMANA 2		SEGUNDA-FEIRA 10/11/2025	TERÇA-FEIRA 11/11/2025	QUARTA-FEIRA 12/11/2025	QUINTA-FEIRA 13/11/2025	SEXTA-FEIRA 14/11/2025
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ Das 6h50 às 7h10	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade média de banana (110g) 200ml de iogurte	20 gramas Biscoito de polvilho 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade média de banana (110g) 200ml de iogurte
	LANCHE I A partir de 9h25	80g de galinhada (40g arroz branco com 10g Cenoura ,10 g de milho e 20g frango em cubos)	80g arroz com carne moída bovina e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne moída bovina e 10g cenoura) 45g de feijão carioca 1 unidade média de banana (110g)	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 65g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 65g de arroz branco	80g macarrão com carne moída (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)
TARDE	LANCHE I Das 12h50 às 13h00	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	200ml de iogurte	20 gramas Biscoito de polvilho	200ml de iogurte	200ml de iogurte
	LANCHE II A partir de 15h15	80g de galinhada (40g arroz branco com 10g Cenoura ,10 g de milho e 20g frango em cubos)	80g arroz com carne moída bovina e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne moída bovina e 10g cenoura) 45g de feijão carioca 1 unidade média de banana (110g)	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 65g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 65g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	80g macarrão com carne moída (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)

Observação: O cardápio está sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega por nossos fornecedores, sazonalidade de frutas e hortaliças. Fica autorizado a troca de frutas e hortaliças pelos merendeiros conforme grau de maturação, porém nenhum item pode ser retirado sem autorização ou trocado sem justificativa. Demais trocas só poderão ocorrer com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição.

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



4 a 5 anos

Novembro/ 2025

SEMANA 3		SEGUNDA-FEIRA 17/11/2025	TERÇA-FEIRA 18/11/2025	QUARTA-FEIRA 19/11/2025	QUINTA-FEIRA 20/11/2025	SEXTA-FEIRA 21/11/2025
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ Das 6h50 às 7h10	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade média de banana (110g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	5 unidades biscoito tipo maisena 200ml de iogurte	FERIADO FERIADO FERIADO	Ponte feriado Não letivo Ponte feriado Não letivo Ponte feriado Não letivo
	LANCHE I A partir de 9h25	80g arroz com carne moída bovina e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne moída bovina e 10g cenoura)	50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 65g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	Pão com Frango moído (1 unidade de pão francês (25g), 15g de frango moído e 20g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	FERIADO FERIADO FERIADO	Ponte feriado Não letivo Ponte feriado Não letivo Ponte feriado Não letivo
TARDE	LANCHE I Das 12h50 às 13h00	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	1 unidade média de banana (110g)	200ml de iogurte	FERIADO	Ponte feriado Não letivo
	LANCHE II A partir de 15h15	80g arroz com carne moída bovina e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne moída bovina e 10g cenoura)	50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 65g de arroz branco	Pão com Frango moído (1 unidade de pão francês (25g), 15g de frango moído e 20g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	FERIADO FERIADO FERIADO	Ponte feriado Não letivo Ponte feriado Não letivo Ponte feriado Não letivo

Observação: O cardápio está sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega por nossos fornecedores, sazonalidade de frutas e hortaliças.

Fica autorizado a troca de frutas e hortaliças pelos merendeiros conforme grau de maturação, porém nenhum item pode ser retirado sem autorização ou trocado sem justificativa. Demais trocas só poderão ocorrer com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição.

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



4 a 5 anos

Novembro/ 2025

SEMANA 4		SEGUNDA-FEIRA 24/11/2025	TERÇA-FEIRA 25/11/2025	QUARTA-FEIRA 26/11/2025	QUINTA-FEIRA 27/11/2025	SEXTA-FEIRA 28/11/2025
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ Das 6h50 às 7h10	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	5 unidades biscoito tipo maisena 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	5 unidades biscoito tipo cream cracker 200ml de iogurte	FERIADO FERIADO FERIADO
	LANCHE I A partir de 9h25			80g macarrão com carne moída (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 65g de arroz branco	FERIADO FERIADO FERIADO
	LANCHE I Das 12h50 às 13h00			5 unidades biscoito tipo maisena	200ml de iogurte	FERIADO
	LANCHE II A partir de 15h15			80g macarrão com carne moída (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 65g de arroz branco	FERIADO FERIADO FERIADO

Observação: O cardápio está sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega por nossos fornecedores, sazonalidade de frutas e hortaliças.

Fica autorizado a troca de frutas e hortaliças pelos merendeiros conforme grau de maturação, porém nenhum item pode ser retirado sem autorização ou trocado sem justificativa. Demais trocas só poderão ocorrer com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição.

**COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL
(MÉDIA SEMANAL)**

MANHÃ									
SEMANA	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (55 a 65 % do VET)		PROTEÍNAS (10 a 15 % do VET)		LIPÍDIOS (25 a 35 % do VET)		SÓDIO (mg)	
Semana 1	481,23 kcal	75,32 g	62,61 %	16,72 g	13,90 %	14,07 g	26,31 %	690,13 mg	
Semana 2	474,01 kcal	73,43 g	61,96 %	15,71 g	13,26 %	14,54 g	27,60 %	779,51 mg	
Semana 3	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA PARA O CALCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA								
Semana 4									

TARDE									
SEMANA	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (55 a 65 % do VET)		PROTEÍNAS (10 a 15 % do VET)		LIPÍDIOS (25 a 35 % do VET)		SÓDIO (mg)	
Semana 1	369,32 kcal	57,18 g	61,93 %	12,94 g	14,02 %	10,78 g	26,26 %	652,33 mg	
Semana 2	362,11 kcal	55,28 g	61,07 %	11,93 g	13,18 %	11,24 g	27,94 %	741,72 mg	
Semana 3	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA PARA O CALCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA								
Semana 4									