



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO

Setor de Nutrição

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



6 a 10 anos

NOVEMBRO / 2024

SEMANA 1		SEGUNDA-FEIRA 04/11/2024	TERÇA-FEIRA 05/11/2024	QUARTA-FEIRA 06/11/2024	QUINTA-FEIRA 07/11/2024	SEXTA-FEIRA 08/11/2024
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ De 6h50 às 7h10	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 200ml de iogurte	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 cream cracker 200ml de iogurte	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 rosquinha sabor coco 200ml de iogurte
	LANCHE I A partir de 9h25	110g de Arroz Primavera (50g arroz branco com 25g de carne suína flocada, 10g de cenoura, 8g de brócolis, 8g de vagem e) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10,g de milho e 25g frango em cubos) 1 unidade média de maçã (115g)	70g de Feijão Campeiro (50g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 1 unidade média de banana (110g)	140g macarrão com carne moída (90g de macarrão parafuso cozido com 30g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)
TARDE	LANCHE I De 12h50 às 13h	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo maisena	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	200ml de iogurte
	LANCHE II A partir de 15h15	110g de Arroz Primavera (50g arroz branco com 25g de carne suína flocada, 10g de cenoura, 8g de brócolis, 8g de vagem e) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10,g de milho e 25g frango em cubos) 70g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10,g de milho e 25g frango em cubos) 60g de feijão carioca 1 unidade média de banana (110g)	140g macarrão com carne moída (90g de macarrão parafuso cozido com 30g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição e está sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega por nossos fornecedores, sazonalidade de frutas e hortaliças.



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO

Sector de Nutrição

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



6 a 10 anos

NOVEMBRO / 2024

SEMANA 2		SEGUNDA-FEIRA 11/11/2024	TERÇA-FEIRA 12/11/2024	QUARTA-FEIRA 13/11/2024	QUINTA-FEIRA 14/11/2024	SEXTA-FEIRA 15/11/2024
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ De 6h50 às 7h10	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 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)	1 unidade média de banana (110g) 200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo cream cracker 200ml de iogurte	FERIADO
	LANCHE I A partir de 9h25	95g arroz com carne moída mista* e cenoura (60g de arroz branco com 30g de carne moída mista e 5g cenoura)	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	Pão com carne moída mista* (1 unidade de pão francês (50g), 35g de carne moída mista, 15g de cenoura e 20g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	50g estrogonofe de frango (20g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	FERIADO
TARDE	LANCHE I De 12h50 às 13h	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo maisena	200ml de iogurte	200ml de iogurte	
	LANCHE II A partir de 15h15	95g arroz com carne moída mista* e cenoura (60g de arroz branco com 30g de carne moída mista e 5g cenoura)	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	Pão com carne moída mista* (1 unidade de pão francês (50g), 35g de carne moída mista, 15g de cenoura e 20g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	50g estrogonofe de frango (20g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	FERIADO

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição e está sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega por nossos fornecedores, sazonalidade de frutas e hortaliças.



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO

Setor de Nutrição

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



6 a 10 anos

NOVEMBRO / 2024

SEMANA 3		SEGUNDA-FEIRA 18/11/2024	TERÇA-FEIRA 19/11/2024	QUARTA-FEIRA 20/11/2024	QUINTA-FEIRA 21/11/2024	SEXTA-FEIRA 22/11/2024
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ De 6h50 às 7h10	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 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)	FERIADO	5 unidades biscoito tipo cream cracker 200ml de iogurte	1 unidade média de banana (110g) 200ml de iogurte
	LANCHE I A partir de 9h25	80g arroz com carne suína em cubos (50g arroz branco com 20g de carne suína em cubos e 10g cenoura)	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	FERIADO	50g estrogonofe de frango (20g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 70g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10g de milho e 25g frango em cubos)
TARDE	LANCHE I De 12h50 às 13h	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo maisena		200ml de iogurte	200ml de iogurte
	LANCHE II A partir de 15h15	80g arroz com carne suína em cubos (50g arroz branco com 20g de carne suína em cubos e 10g cenoura)	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	FERIADO	50g estrogonofe de frango (20g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 70g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10g de milho e 25g frango em cubos)

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição e está sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega por nossos fornecedores, sazonalidade de frutas e hortaliças.



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO

Setor de Nutrição

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



6 a 10 anos

NOVEMBRO / 2024

SEMANA 4		SEGUNDA-FEIRA 25/11/2024	TERÇA-FEIRA 26/11/2024	QUARTA-FEIRA 27/11/2024	QUINTA-FEIRA 28/11/2024	SEXTA-FEIRA 29/11/2024
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ De 6h50 às 7h10	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 200ml de iogurte	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	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 200ml de iogurte	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
	LANCHE I A partir de 9h25	95g arroz com carne moída mista* e cenoura (60g de arroz branco com 30g de carne moída mista e 5g cenoura)	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 70g de arroz branco	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10,g de milho e 25g frango em cubos)	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
TARDE	LANCHE I De 12h50 às 13h	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo maisena	200ml de iogurte		
	LANCHE II A partir de 15h15	95g arroz com carne moída mista* e cenoura (60g de arroz branco com 30g de carne moída mista e 5g cenoura)	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 70g de arroz branco	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10,g de milho e 25g frango em cubos)	FERIADO	PONTO FACULTATIVO

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição e está sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega por nossos fornecedores, sazonalidade de frutas e hortaliças.

