

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



4 a 5 anos

Outubro/ 2025

SEMANA 1		SEGUNDA-FEIRA 06/10/2025	TERÇA-FEIRA 07/10/2025	QUARTA-FEIRA 08/10/2025	QUINTA-FEIRA 09/10/2025	SEXTA-FEIRA 10/10/2025
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	
	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)	25g de salsicha de frango(1/2 unidade) com molho de tomate , pão tipo hot- dog 25g e purê de batata 25g. 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) 25g de milho de pipoca 1 unidade média de banana (110g)	Reunião Administrativa /Não letivo
TARDE	LANCHE I Das 12h50 às 13h00	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	1 unidade média de banana (110g)	20 gramas Biscoito de polvilho	200ml de iogurte	
	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	25g de salsicha de frango(1/2 unidade) com molho de tomate , pão tipo hot- dog 25g e purê de batata 25g. 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) 25g de milho de pipoca	Reunião Administrativa /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

Outubro/ 2025

SEMANA 2		SEGUNDA-FEIRA 13/10/2025	TERÇA-FEIRA 14/10/2025	QUARTA-FEIRA 15/10/2025	QUINTA-FEIRA 16/10/2025	SEXTA-FEIRA 17/10/2025
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)	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 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	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)	Reunião Administrativa /Não letivo	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 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)
TARDE	LANCHE I Das 12h50 às 13h00	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	1 unidade média de banana (110g)		1 unidade média de maçã (115g)	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	Reunião Administrativa /Não letivo	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato 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)

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

Outubro/ 2025

SEMANA 3		SEGUNDA-FEIRA 20/10/2025	TERÇA-FEIRA 21/10/2025	QUARTA-FEIRA 22/10/2025	QUINTA-FEIRA 23/10/2025	SEXTA-FEIRA 24/10/2025
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	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 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)	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)	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)	100g macarrão com frango moído (70g de macarrão parafuso cozido com 20g de frango moído, 10g cenoura ralada e 10g molho de tomate)
TARDE	LANCHE I Das 12h50 às 13h00	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	1 unidade média de banana (110g)	200ml de iogurte	1 unidade média de banana (110g)	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)	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)	60g de Feijão Campeiro (40g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 65g de arroz branco	100g macarrão com frango moído (70g de macarrão parafuso cozido com 20g de frango moído, 10g cenoura ralada e 10g 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

Outubro/ 2025

SEMANA 4		SEGUNDA-FEIRA 27/10/2025	TERÇA-FEIRA 28/10/2025	QUARTA-FEIRA 29/10/2025	QUINTA-FEIRA 30/10/2025	SEXTA-FEIRA 31/10/2025
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ Das 6h50 às 7h10			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	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	Reunião Administrativa /Não letivo	Reunião Administrativa /Não letivo	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	80g arroz com carne moída bovina e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne moída bovina e 10g cenoura) 45g de feijão carioca
TARDE	LANCHE I Das 12h50 às 13h00			5 unidades biscoito tipo maisena	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo cream cracker
	LANCHE II A partir de 15h15	Reunião Administrativa /Não letivo	Reunião Administrativa /Não letivo	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	80g arroz com carne moída bovina e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne moída bovina e 10g cenoura) 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.

**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	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA PARA O CALCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA								
Semana 2									
Semana 3	465,99 kcal	71,52 g	61,39 %	16,76 g	14,39 %	13,83 g	26,71 %	785,79 mg	
Semana 4	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA PARA O CALCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA								
Semana 5									

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	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA PARA O CALCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA								
Semana 2									
Semana 3	309,71 kcal	47,55 g	61,41 %	11,52 g	14,88 %	8,85 g	25,71 %	717,80 mg	
Semana 4	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA PARA O CALCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA								
Semana 5									