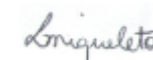


CARDÁPIO ESCOLAR - MAIO/2025
EMEB'S MUNICIPAIS
FAIXA ETÁRIA 4 A 10 ANOS
PERÍODO PARCIAL MANHÃ E TARDE

	Segunda-feira - 28	Terça-feira - 29	Quarta-feira - 30	Quinta-feira - 01	Sexta-feira - 02
Café da manhã/Lanche da tarde	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 50% Maçã	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga	FERIADO	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga
Almoço/Jantar	Arroz, Feijão Carioca Chuchu refogado com tomate e cebola Almôndegas ao molho vermelho Melão	Arroz, Feijão Carioca Salada de alface e tomate Pernil refogado com tomate e cebola	Arroz, Feijão Carioca Farofa de Couve Carne de panela com batata e cenoura Banana		Arroz temperado (ervilha, cenoura e milho c/ frango) Maçã

Valor Nutricional Semanal					
Categorias	Energia (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos	Sódio
Ensino Pré-Escola e Fundamental	486,86 Kcal	75g (62%)	21 g (17%)	11g (21%)	624,66 mg

*Sujeito a alterações



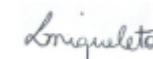
LIVIA R. MIQUELETO
NUTRICIONISTA CRN 3 - 74461

CARDÁPIO ESCOLAR - MAIO/2025
EMEB'S MUNICIPAIS
FAIXA ETÁRIA 4 A 10 ANOS
PERÍODO PARCIAL MANHÃ E TARDE

	Segunda-feira - 05	Terça-feira - 06	Quarta-feira - 07	Quinta-feira - 08	Sexta-Feira - 09
Café da manhã/Lanche da tarde	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 50% Melão	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 50% Maçã	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga
Almoço/Jantar	Arroz, Feijão Carioca Salada de repolho Pernil refogado com batata Laranja	Arroz, Feijão Carioca Salada de alface e tomate Coxinha da asa refogada	Arroz, Feijão Carioca Salada de couve e tomate Carne moída com batata Melancia	Arroz, Feijão Carioca Abobrinha e cenoura refogadas Estrogonofe de frango	Sopa de macarrão e legumes (batata, cenoura, chuchu e abobrinha) com frango desfiado Banana

Valor Nutricional Semanal					
Categorias	Energia (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos	Sódio
Ensino Pré-Escola e Fundamental	449,74 Kcal	68g (60%)	21g (18%)	11g (22%)	580,29 mg

*Sujeito a alterações



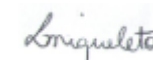
LIVIA R. MIQUELETO
NUTRICIONISTA CRN 3 - 74461

CARDÁPIO ESCOLAR - MAIO/2025
EMEB'S MUNICIPAIS
FAIXA ETÁRIA 4 A 10 ANOS
PERÍODO PARCIAL MANHÃ E TARDE

	Segunda-feira - 12	Terça-feira - 13	Quarta-feira - 14	Quinta-feira - 15	Sexta-feira - 16
Café da manhã/Lanche da tarde	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 50% Maçã	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 50% Mamão	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga
Almoço/Jantar	Arroz, Feijão Carioca Salada de pepino e tomate Pernil refogado com cebola Laranja	Arroz, Feijão Carioca Purê de abóbora Coxa e sobrecoxa de panela	Arroz, Feijão Carioca Salada de repolho Carne de panela c/ batata e cenoura Banana	Arroz, Feijão Carioca Salada de abobrinha e tomate Filé de frango ao molho vermelho	Macarrão ao molho de carne moída Tangerina Ponkan

Valor Nutricional Semanal					
Categorias	Energia (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos	Sódio
Ensino Pré-Escola e Fundamental	485,77 Kcal	74g (61%)	23g (19%)	11g (21%)	588,46 mg

*Sujeito a alterações



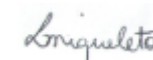
LIVIA R. MIQUELETO
NUTRICIONISTA CRN 3 - 74461

CARDÁPIO ESCOLAR - MAIO/2025
EMEB'S MUNICIPAIS
FAIXA ETÁRIA 4 A 10 ANOS
PERÍODO PARCIAL MANHÃ E TARDE

	Segunda-feira - 19	Terça-feira - 20	Quarta-feira - 21	Quinta-feira - 22	Sexta-feira - 23
Café da manhã/Lanche da tarde	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 50% Maçã	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 50% Banana	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga
Almoço/Jantar	Arroz, Feijão Carioca Salada de beterraba Filé de frango refogado com tomate e cebola Melão	Arroz, Feijão Carioca Salada de alface e tomate Coxa e sobrecoxa assada	Arroz, Feijão Carioca Mix de cenoura, abobrinha e chuchu Pernil ao molho vermelho Tangerina Ponkan	Arroz, Feijão Carioca Salada de repolho e tomate Coxinha da asa de panela	Polenta ao molho de carne moída (com cenoura e abobrinha raladas) Melancia

Valor Nutricional Semanal					
Categorias	Energia (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos	Sódio
Ensino Pré-Escola e Fundamental	487,33 Kcal	70g (58%)	23g (19%)	13g (23%)	750,53 mg

*Sujeito a alterações



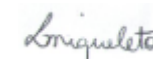
LIVIA R. MIQUELETO
NUTRICIONISTA CRN 3 - 74461

CARDÁPIO ESCOLAR - MAIO/2025
EMEB'S MUNICIPAIS
FAIXA ETÁRIA 4 A 10 ANOS
PERÍODO PARCIAL MANHÃ E TARDE

	Segunda-feira - 26	Terça-feira - 27	Quarta-feira - 28	Quinta-feira - 29	Sexta-feira - 30
Café da manhã/Lanche da tarde	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 50% Banana	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 50% Pera	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga
Almoço/Jantar	Arroz, Feijão Carioca Salada de abobrinha e tomate Pernil refogado com cenoura Maçã	Arroz, Feijão Carioca Salada de couve e tomate Coxinha da asa assada com batata	Arroz, Feijão Carioca Salada de alface e cenoura Estrogonofe bovino Tangerina Ponkan	Arroz, Feijão Carioca Farofa de repolho e cenoura Frango refogado com ervilha e milho	Macarrão ao molho de frango desfiado Suco de Maracujá

Valor Nutricional Semanal					
Categorias	Energia (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos	Sódio
Ensino Pré-Escola e Fundamental	486,62 Kcal	74g (61%)	22g (18%)	12g (22%)	571,23 mg

*Sujeito a alterações



LIVIA R. MIQUELETO
NUTRICIONISTA CRN 3 - 74461