



Divisão de Nutrição Escolar – ABRIL 2025

Conveniadas (Integral 70%)

Júlia R. Monteiro
Júlia Rodrigues Monteiro de Castro
RG 48.305.211-5
Chefe de Divisão de Nutrição Escolar



CARDÁPIO VII

Lanche da manhã: a partir das 08h		Almoço: a partir das 11h		Sobremesa	Lanche da tarde: a partir das 14h30
1ª semana		1ª semana		1ª semana	1ª semana
1	Pão bisnaga c/ requeijão caseiro, leite, melão	Arroz, feijão, filé mignon suíno refogado, inhame refogado		Melão	Pão bisnaga c/ requeijão caseiro, leite, melão
2	Omelete de forno, banana nanica	Arroz, feijão, frango (sassami) refogado, salada de almeirão		Banana nanica	Biscoito de polvilho, leite, banana nanica
3	Pão bisnaga c/ mant, leite, tangerina ponkan	Arroz, tutu de feijão, pernil acebolado, chuchu refogado		Tangerina ponkan	Pão bisnaga c/ mant, leite, tangerina ponkan
4	Pão bisnaga c/ mant, leite, mamão havaí	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa assada com batata, salada de tomate		Mamão havaí	Pão bisnaga c/ mant, leite, mamão havaí
Média semanal: Energia (kcal): 894,75/ Proteína: 36 gr/ Lipídeos: 32 gr/ Carboidratos: 126 gr/ Sódio: 833 mg. Valores de referencia FNDE: Energia (kcal): 945 kcal/ Proteína: 24 a 35 gr/ Lipídeos: 26 a 37 gr; Carboidratos: 130 a 154 gr/ Sódio: 1400 mg.					
2ª semana		2ª semana		2ª semana	2ª semana
7	Pão bisnaga c/ mant, leite, melancia	Arroz, feijão, polenta c/ carne tiras ao molho, salada de pepino caipira		Melancia	Ovo mexido, melancia
8	Ovo mexido, maçã gala	Arroz, feijão, tilápia ao forno, repolho verde refogado		Maçã gala	Pão bisnaga c/ manteiga, leite, maçã gala
9	Pão bisnaga c/ mant, leite, banana nanica	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa refogada, salada de alface		Banana nanica	Bolinha de batata doce rosada, leite, banana nanica
10	Pão bisnaga c/ mant, leite, goiaba	Arroz, feijão, pernil refogado com limão, purê de cenoura e cará		Goiaba	Pão bisnaga c/ manteiga, leite, goiaba
11	Ovo mexido, mamão formosa	Arroz, feijão, frango refogado (peito), salada de tomate		Mamão formosa	Pão bisnaga c/ mant,, leite, mamão formosa
Média semanal: Energia (kcal): 931,48/ Proteína: 33 gr/ Lipídeos: 30 gr/ Carboidratos: 139 gr/ Sódio: 852,93 mg. Valores de referencia FNDE: Energia (kcal): 945 kcal/ Proteína: 24 a 35 gr/ Lipídeos: 26 a 37 gr; Carboidratos: 130 a 154 gr/ Sódio: 1400 mg.					
3ª semana		3ª semana		3ª semana	3ª semana
14	Pão bisnaga c/ mant, leite, melão	A/F, Macarrão parafuso ao sugo, carne moída IQF refogada, salada de pepino caipira		Melão	Pão bisnaga c/ mant, leite, melão
15	Pão bisnaga c/ mant, leite, maçã gala	Arroz, feijão, filé mignon suíno refogado, batata doce rosada refogada		Maçã gala	Pão bisnaga c/ manteiga, leite, maçã gala
16	Pão bisnaga c/ mant, leite, abacaxi pérola	Arroz, feijão, frango refogado (peito), repolho roxo refogado		Abacaxi pérola	Ovo mexido, abacaxi pérola
17	Ovo mexido, tangerina ponkan	Arroz, feijão preto, pernil refogado, vinagrete		Tangerina ponkan	Biscoito de polvilho, leite, tangerina ponkan
18	FERIADO	FERIADO		FERIADO	FERIADO
Média semanal: Energia (kcal): 744,8 / Proteína: 326,4 gr/ Lipídeos: 24 gr/ Carboidratos: 111 gr/ Sódio: 681,6 mg. Valores de referencia FNDE: Energia (kcal): 756 kcal/ Proteína: 19 a 28 gr/ Lipídeos: 21 a 30 gr; Carboidratos: 104 a 123 gr/ Sódio: 1120 mg					
4ª semana		4ª semana		4ª semana	4ª semana
21	FERIADO	FERIADO		FERIADO	FERIADO
22	Pão bisnaga c/ mant, leite, maçã gala	Arroz, feijão, strogonoff de carne (tiras), acelga refogada		Maçã gala	Ovo mexido, maçã gala
23	Ovo mexido, mamão formosa	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa refogada, salada de alface		Mamão formosa	Pão bisnaga c/ mant, leite, mamão formosa
24	Pão bisnaga c/ mant, leite, abacaxi pérola	Arroz, feijão, pernil acebolado, farofa de abobrinha brasileira		Abacaxi pérola	Torta de frango (peito), abacaxi pérola
REUNIÃO PEDAGÓGICA		REUNIÃO PEDAGÓGICA		REUNIÃO PEDAGÓGICA/ REUNIÃO PEDAGÓGICA	
Média semanal: Energia (kcal): 553/ Proteína: 21 gr/ Lipídeos: 20 gr/ Carboidratos: 80 gr/ Sódio: 464 mg. Valores de referencia FNDE: Energia (kcal): 567 kcal/ Proteína: 14 a 21 gr/ Lipídeos: 15 a 22 gr; Carboidratos: 78 a 93 gr/ Sódio: 840 mg.					