



Divisão de Nutrição Escolar – NOVEMBRO 2025

Conveniadas (Integral 70%)

Julia R. Monteiro
Julia 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	
3	Pão hot dog c/ mant, leite, melão	Arroz, feijão, carne moída IQFrefogada, salada de beterraba cozida		Melão	Pão hot dog c/ mant, leite, melão	
4	Ovo mexido, maçã fuji	Arroz, feijão, pernil acebolado, chuchu refogado		Maçã fuji	Biscoito de polvilho, leite , maçã fuji	
5	Pão hot dog c/ mant, leite, abacaxi pérola	Arroz, feijão, strogonoff de frango (peito), salada de tomate		Abacaxi pérola	Pão hot dog c/ carne moída, abacaxi pérola	
6	Ovo mexido, melancia	Arroz, feijão, filé mignon suíno refogado, repolho roxo refogado		Melancia	Pão hot dog c/ mant, leite, melancia	
7	Pão hot dog c/ mant, leite, banana nanica	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa refogada, berinjela refogada		Banana nanica	Ovo mexido, banana nanica	
Média semanal int: 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.						
3ª semana		3ª semana		3ª semana	3ª semana	
10	Ovo mexido, melancia	Arroz, feijão, carne moída IQF refogada, salada de pepino japonês		Melancia	Pão hot dog c/ mant, leite, melancia	
11	Pão hot dog c/ requeijão caseiro, leite, melão	Arroz, feijão, filé mignon suíno refogado, chuchu refogado		Melão	Pão 25g c/ requeijão caseiro, leite, melão	
12	Pão hot dog c/ mant, leite, banana nanica	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa refogada, couve-flor refogada		Banana nanica	Ovo mexido, banana nanica	
13	Pão hot dog c/ mant, leite, manga tommy	Arroz, tutu de feijão, pernil acebolado, salada de tomate		Manga tommy	Bolo de banana (uva passa, suco de maçã-sem aveia), leite, manga tommy	
14	Ovo mexido, abacaxi pérola	Arroz, feijão, frango (sassami) c/ milho, vagem macarrão refogada		Abacaxi pérola	Pão hot dog c/ mant, leite, abacaxi pérola	
Média semanal int: 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.						
4ª semana		4ª semana		4ª semana	4ª semana	
17	Pão hot dog c/ mant, leite, melão	Arroz, feijão, polenta, carne moída IQF ao molho, abobrinha italiana refogada		Melão	Pão hot dog c/ mant, leite, melão	
18	Ovo mexido, maçã fuji	Arroz, feijão, filé mignon suíno refogado, batada doce rosada refogada		Maçã fuji	Torta de atum c/ ervilha, maçã fuji	
19	Pão hot dog c/ mant , leite, abacaxi pérola	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa refogada, espinafre refogado		Abacaxi pérola	Bolinha de batata doce rosada, leite, abacaxi pérola	
20	FERIADO	FERIADO		FERIADO	FERIADO	
21	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO		PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	
Média semanal int: 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.						
5ª semana		5ª semana		5ª semana	5ª semana	
24	Pão hot dog c/ mant, leite, melancia	A/F, macarrão parafuso ao sugo, carne moída IQF refogada, salada de pepino caipira		Melancia	Ovo mexido, melancia	
25	Ovo mexido, maçã fuji	Arroz, feijão, pernil acebolado, salada de tomate		Maçã fuji	Pão 25 gr c/ mant, leite, maçã fuji	
26	Pão hot dog c/ mant, leite, manga tommy	Arroz, feijão, tilápia ao molho, salada de beterraba cozida		Manga tommy	Pão hot dog c/ mant, leite, manga tommy	
27	Ovo mexido, melão	Arroz, feijão, filé mignon suíno refogado, farofa de cenoura		Melão	Bolinha de batata, leite, melão	
28	Pão hot dog c/ mant, leite, abacaxi pérola	Arroz, feijão, frango (sassami) refogado, repolho roxo refogado		Abacaxi pérola	Ovo mexido, abacaxi pérola	
Média semanal int: Energia (kcal): 921/ Proteína: 35 gr/ Lipídeos: 34 gr/ Carboidratos: 131 gr/ Sódio: 773 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.						
LEITE ** De preferência LEITE MATERNO Na impossibilidade será oferecido leite de vaca!						
Hidratação: Oferecer água filtrada e/ou fervida nos intervalos entre as refeições. Poderá ser oferecido água após as refeições com moderação e/ou se a criança solicitar por estar com sede.						

LEITE ** De preferência LEITE MATERNO. Na impossibilidade será oferecido leite de vaca!

Hidratação: Oferecer água filtrada e/ou fervida nos intervalos entre as refeições. Poderá ser oferecido água após as refeições com moderação e/ou se a criança solicitar por estar com sede.

Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados quando houver algum problema de entrega/grau de maturação/temperatura que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida, tanto nos aspectos sensoriais como também sanitários conforme orientação/autorização da DNE