

ALMOÇO ESCOLAR (SEMANA 01) – ENSINO INTEGRAL - ETAPA DE ENSINO/FAIXA ETÁRIA: Ensino fundamental (6 - 10 anos) **PERÍODO:** Parcial 30%

	2ª FEIRA 07/04/2025	3ª FEIRA 08/04/2025	4ª FEIRA 09/04/2025	5ª FEIRA 10/04/2025	6ª FEIRA 11/04/2025
ALMOÇO - ESCOLA TEMPO INTEGRAL 11:45	Salada de repolho Feijão preto Arroz branco Carne bovina em cubos ao molho Laranja em fatias	Salada de alface com tomate Feijão carioca Arroz branco Coxas/ sobrecoxas de frango em pedaços assada com batatinha	Salada de repolho e cenoura ralada Macarrão com Carne moída ao molho ½ Banana caturra	Salada de repolho e cenoura ralada Feijão preto Arroz branco Carne suína de panela (refogada/fritinha) Mandioca cozida	Salada de cenoura e beterraba Polenta Coxas/ sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate Maçã em pedaços
	Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 15 a 30% do VET
	408	g 59 % 57,9	g 18,6 % 18,3	g 10,8 % 23,9	

ALMOÇO ESCOLAR (SEMANA 02) – ENSINO INTEGRAL - ETAPA DE ENSINO/FAIXA ETÁRIA: Ensino fundamental (6 - 10 anos) **PERÍODO:** Parcial 30%

	2ª FEIRA 14/04/2025	3ª FEIRA 15/04/2025	4ª FEIRA 16/04/2025	5ª FEIRA 17/04/2025	6ª FEIRA 18/04/2025
ALMOÇO - ESCOLA TEMPO INTEGRAL 11:45	Salada de repolho Feijão preto Arroz branco Carne suína de panela (refogada/fritinha) Mandioca cozida maçã em pedaços	Salada de alface com tomate Macarrão Carne moída ao molho Laranja em fatias	Salada de repolho com cenoura Feijão carioca Arroz branco Coxas/ sobrecoxas de frango em pedaços assada Purê de batatas	RECESSO Salada mista Feijão preto Arroz branco Carne bovina em cubos ao molho	FERIADO Salada de beterraba Polenta Coxas/ sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate Laranja em fatias
	Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 15 a 30% do VET
	390	g 55,6 % 57,0	g 19,0 % 19,4	g 10,2 % 23,5	

ALMOÇO ESCOLAR (SEMANA 03) – ENSINO INTEGRAL - ETAPA DE ENSINO/FAIXA ETÁRIA: Ensino fundamental (6 - 10 anos) PERÍODO: Parcial 30%

	2ª FEIRA 21/04/2025	3ª FEIRA 22/04/2025	4ª FEIRA 23/04/2025	5ª FEIRA 24/04/2025	6ª FEIRA 25/04/2025
ALMOÇO - ESCOLA TEMPO INTEGRAL 11:45	Salada de repolho Arroz branco Coxas/ sobrecoxas de frango assadas Laranja em fatias	Salada de alface com tomate Feijão preto Arroz branco Carne bovina em cubos ao molho Mandioca cozida	Salada de cenoura e repolho Polenta Coxas/ sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate ½ banana	Salada de alface com tomate Feijão preto Arroz à grega Carne moída refogada Batatinha	Salada mista Macarrão com Peito de frango picado ao molho de tomate Maçã em pedaços

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	15 a 30% do VET
	359	g 49,1	g 18,7	g 9,8
		% 54,6	% 20,8	% 24,6

ALMOÇO ESCOLAR (SEMANA 04) – ENSINO INTEGRAL - ETAPA DE ENSINO/FAIXA ETÁRIA: Ensino fundamental (6 - 10 anos) PERÍODO: Parcial 30%

	2ª FEIRA 28/04/2025	3ª FEIRA 29/04/2025	4ª FEIRA 30/04/2025	5ª FEIRA 01/05/2025	6ª FEIRA 02/05/2025
ALMOÇO - ESCOLA TEMPO INTEGRAL 11:45	Salada de repolho com tomate Macarrão Carne moída ao molho Banana caturra	Salada de alface Feijão preto Arroz branco Coxas/ sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate	Salada de repolho e cenoura ralada Feijão carioca Arroz à grega Carne moída refogada Maçã em pedaços	Salada mista Feijão preto Arroz branco Carne bovina em cubos ao molho Mandioca cozida	Salada Feijão preto Arroz branco Carne suína de panela (refogada) Laranja em fatias

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	15 a 30% do VET
	405	g 59,0	g 18,4	g 10,5
		% 58,3	% 18,2	% 23,5

ALMOÇO ESCOLAR (SEMANA 05) – ENSINO INTEGRAL - ETAPA DE ENSINO/FAIXA ETÁRIA: Ensino fundamental (6 - 10 anos) **PERÍODO:** Parcial 30%

	2ª FEIRA 05/05/2025	3ª FEIRA 06/05/2025	4ª FEIRA 07/05/2025	5ª FEIRA 08/05/2025	6ª FEIRA 09/05/2025
ALMOÇO - ESCOLA TEMPO INTEGRAL 11:45	Salada de repolho Feijão preto Arroz branco Carne bovina em cubos ao molho Laranja em fatias	Salada de alface com tomate Feijão carioca Arroz branco Coxas/ sobrecoxas de frango em pedaços assada com batatinha	Salada de repolho e cenoura ralada Macarrão com Carne moída ao molho ½ Banana caturra	Salada de repolho e cenoura ralada Feijão preto Arroz branco Carne suína de panela (refogada/fritinha) Mandioca cozida	Salada de cenoura e beterraba Polenta Coxas/ sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate Maçã em pedaços
	Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal) 408	CHO (g) 55 a 65% do VET g 59 % 57,9	PTN (g) 10 a 15% do VET g 18,6 % 18,3	LPD (g) 15 a 30% do VET g 10,8 % 23,9

OBS: Cardápio prescrito somente poderá ser alterado pela nutricionista, se e quando houver necessidade. As frutas e verduras poderão ser alteradas durante a semana.

CARDÁPIOS ELABORADOS PELA NUTRICIONISTA: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606