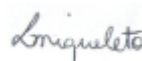


CARDÁPIO ESCOLAR - AGOSTO/2025
EMEB'S MUNICIPAIS
FAIXA ETÁRIA 4 A 10 ANOS
PERÍODO PARCIAL MANHÃ E TARDE

	Segunda-feira - 04	Terça-feira - 05	Quarta-feira - 06	Quinta-feira - 07	Sexta-feira - 08
Café da manhã/Lanche da tarde	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 50% Maçã	Iogurte de Morango Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 50% Banana	Leite batido c/ chocolate 50% Pão c/ manteiga
Almoço/Jantar	Arroz, Feijão Carioca Repolho refogado com tomate Empanado de Peixe assado Melão	Arroz, Feijão Carioca Salada de alface e tomate Pernil refogado com tomate e cebola	Arroz, Feijão Carioca Couve refogada Coxa e sobrecoxa de panela Melancia	Arroz, Feijão Carioca Mix de cenoura, chuchu e couve-flor Carne de panela com batata	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

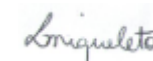

LÍVIA R. MIQUELETO
NUTRICIONISTA CRN 3 - 74461

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

	Segunda-feira - 11	Terça-feira - 12	Quarta-feira - 13	Quinta-feira - 14	Sexta-Feira - 15
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 couve e tomate Pernil refogado com batata Laranja	Arroz, Feijão Carioca Salada de alface e cenoura Coxinha da asa refogada	Arroz, Feijão Carioca Salada de pepino Carne moída com batata Pêra	Arroz Batata Sauté (cozida e refogada) 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



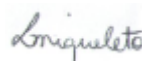
LIVIA R. MIQUELETO
NUTRICIONISTA CRN 3 - 74461

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

	Segunda-feira - 18	Terça-feira - 19	Quarta-feira - 20	Quinta-feira - 21	Sexta-feira - 22
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 Abobrinha refogada com tomate e cebola Pernil refogado Laranja	Arroz, Feijão Carioca Salada de beterraba Coxa e sobrecoxa assadas	Arroz, Feijão Carioca Salada de alface Carne de panela c/ batata e cenoura Banana	Arroz, Feijão Carioca Mix de brócolis, cenoura e batata Filé de frango ao molho vermelho	Macarrão ao molho de carne moída Pêra

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

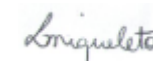

LIVIA R. MIQUELETO
NUTRICIONISTA CRN 3 - 74461

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

	Segunda-feira - 25	Terça-feira - 26	Quarta-feira - 27	Quinta-feira - 28	Sexta-feira - 29
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 repolho, couve e pepino Filé de frango refogado com tomate e cebola Melão	Arroz, Feijão Carioca Salada de alface e tomate Coxa e sobrecoxa de panela	Arroz, Feijão Carioca Mix de cenoura, abobrinha e chuchu Pernil ao molho vermelho Mamão	Arroz, Feijão Carioca Salada de batata e ovo Coxinha da asa assada	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