

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO INFANTIL – PRÉ ESCOLA
MODALIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL - ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 4 a 5 ANOS - PERÍODO INTEGRAL

NOVEMBRO/2025

	2ª FEIRA 10/11	3ª FEIRA 11/11	4ª FEIRA 12/11	5ª FEIRA 13/11	6ª FEIRA 14/11
CAFÉ MANHÃ 8:00H	Chá mate Pão frances com manteiga	Leite com cacau Pão de leite com manteiga	Chá mate Bolacha de maisena	Leite com cacau Pão frances com manteiga	Leite com cacau Bisnaguinha com manteiga
ALMOÇO 10:00H	Arroz/feijão Bife em iscas acebolado Salada	Macarrão à bolonhesa Salada de alface	Arroz Estrogonofe de carne Batata palha	Arroz/feijão Coxa e sobrecoxa assadas Quiabo refogado Salada de tomate com cheiro verde	Arroz/feijão Quibe assado recheado abobora refogada Salada de repolho com tomate
LANCHE DA TARDE 14:00 15:10	Fatia hungara Suco natural	Lanche natural Suco natural de maracujá	Esfirra de carne Suco natural de abacaxi	Bolo simples de cenoura Suco natural de maracujá	Torta de carne moída com milho Suco natural de abacaxi
SAIDA 16:30H	Maçã	Banana	Mamão	Melão	Laranja
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
		920,3	139,7	35,71	23,38
			60,7	15	22,9

Elizabete Balthazar Cachefo Saito CRN3 26517



Elizabete B. Cachefo Saito
Elizabete B. Cachefo Saito
 Nutricionista
 CRN3: 26517

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO INFANTIL – PRÉ ESCOLA
MODALIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL - ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 4 a 5 ANOS - PERÍODO PARCIAL INTOLERANCIA AO TRIGO, LEITE, OVO E SOJA

novembro/2025

	2ª FEIRA 10/11	3ª FEIRA 11/11	4ª FEIRA 12/11	5ª FEIRA 13/11	6ª FEIRA 14/11
ALMOÇO 10:00H	Arroz/feijão Bife em iscas acebolado Salada	Macarrão à bolonhesa Salada de alface Fruta	Arroz Bife ao molho Salada	Arroz/feijão Coxa e sobrecoxa assadas Quiabo refogado Salada de tomate com cheiro verde fruta	Arroz/feijão Quibe assado recheado abobora refogada Salada de repolho com tomate
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
		332,2	51	14	8
			62	15	22

*Alguns alimentos / produtos poderão ser trocados ou substituídos por alimentos / produtos equivalentes por motivos de intempérie e/ou problema de entrega.

Elizabeth Balthazar Cachefo Saito CRN3 26517

E.B.S.
Elizabeth B. Cachefo Saito
 Nutricionista
 CRN3: 26517

