

Infantil Integral (1 a 3 anos)

1ª Semana ABRIL 2024

Dia	DESJEJUM 07h00	ALMOÇO 10h00	MERENDA 13h00	LANCHE 15h00
1	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Biscoito Salgado Integral	Arroz / Feijão Carioca Ovo Mexido com Salsa e Cenoura Cozida Melão	Maçã	Polenta Cremosa com Carne Moída
2	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Biscoito Amantegado de Chocolate	Arroz / Feijão Carioca Filé de Frango Refogado Abobrinha Refogada Laranja	Melancia	Leite Gelado com Chocolate Bisnaguinha com Requeijão
3	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Pão de Forma com Margarina	Arroz / Feijão Carioca Carne de Panela com Batata Doce Banana	Mamão	Arroz Filé de Frango Desfiado com Abóbora
4	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Biscoito Salgado	Arroz / Feijão Carioca Pernil Cozido Salada de Tomate Melão	Caqui	Macarrão a Bolonhesa
5	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Biscoito Maisena	Arroz / Feijão Carioca Carne de Panela com Batata Maçã	Banana	Risoto de Frango com Cenoura Ralada

Sujeito a alteração sazonal


Anna Carolina de Souza Oliveira Fonseca
Nutricionista/RT
CRN: 3-37784

Infantil Integral (1 a 3 anos)

2ª Semana ABRIL 2024

Dia	DESJEJUM 07h00	ALMOÇO 10h00	MERENDA 13h00	LANCHE 15h00
8	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Biscoito Amanteigado de Chocolate	Arroz/ Feijão Carioca Carne Moída Refogada Salada de Repolho Maçã	Melancia	Risoto de Frango Desfiado com Cenoura Cozida
9	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Biscoito Maisena	Arroz/ Feijão Preto Carne de Panela Com Chuchu Melão	Laranja	Macarrão a Bolonhesa
10	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Bisnaguinha com Margarina	Arroz / Feijão Carioca Filé de Coxa Cozido Salada de Alface Banana	Mamão	Arroz Carne Cozida com Mandioca
11	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Biscoito Amanteigado de Leite	Arroz/ Feijão Carioca Ovo Mexido Salada de Tomate Caqui	Melão	Vitamina de Banana Pão de Forma com Requeijão
12	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Biscoito Salgado	Arroz, Feijão Preto Frango em Cubo Refogado Beterraba cozida Maçã	Banana	Arroz Carne Moída com Chuchu

Sujeito a alteração sazonal

Infantil Integral (1 a 3 anos)

3ª Semana ABRIL 2024

Dia	DESJEJUM 07h00	ALMOÇO 10h00	MERENDA 13h00	LANCHE 15h00
15	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Biscoito Maisena	Arroz/Feijão Carioca Ovo Mexido Salada de Pepino Laranja	Melão	Polenta cremosa com carne moída
16	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Biscoito Salgado	Arroz/Feijão Carioca Carne de Panela com Cenoura Maçã	Melancia	Leite com Chocolate Mini Pizza de Pão de forma com mussarela
17	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Biscoito Amanteigado de Chocolate	Arroz/Feijão Preto Pernil em Cubo Cozido Couve Refogada Mamão	Banana	Risoto de Frango Desfiado com Milho
18	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Bisnaguinha com Margarina	Arroz/Feijão Carioca Filé de Coxa Cozido com batata Melão	Maçã	Macarrão a Bolonhesa
19	CONSELHO DE CLASSE - NÃO LETIVO			

Infantil Integral (1 a 3 anos)


4ª Semana/ABRIL 2024

Dia	DESJEJUM 07h00	ALMOÇO 10h00	MERENDA 13h00	LANCHE 15h00
22	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Biscoito Amanteigado de Leite	Arroz/Feijão Carioca Ovo Mexido c/salsa Cenoura Refogada Melão	Melancia	Risoto de Frango com tomate
23	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Biscoito Salgado	Arroz/Feijão Carioca Carne Moída Salada de Beterraba Cozida Maçã	Laranja	Vitamina de Banana com Maçã Pão de Forma com Margarina
24	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Biscoito Maisena	Arroz/Feijão Carioca Carne Cozida com Abobrinha Banana	Mamão	Escondidinho de Frango (Purê de Batata com Frango Desfiado)
25	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Amanteigado de Chocolate	Arroz/Feijão Carioca Frango refogado com Batata Melancia	Melão	Macarrão Alho e Óleo Carne moída refogada
26	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Bisnaguinha com Requeijão	Arroz/Feijão Preto Isca de carnes Refogada Chuchu Refogado Maçã	Banana	Polenta com Pernil Suíno Desfiado

Anna Carolina de Souza Oliveira Fonseca
Nutricionista/RT
CRN: 3-37784

Infantil Integral (1 a 3 anos)

5ª Semana/ABRIL 2024

Dia	DESJEJUM 07h00	ALMOÇO 10h00	MERENDA 13h00	LANCHE 15h00
29	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Biscoito Salgado	Arroz / Feijão Carioca Carne Moída com Batata Melão	Banana	Suco Natural de Melancia Bisnaguinha com Frango Desfiado
30	Leite com Chocolate (sem adição de açúcar) Pão de Forma com Margarina	Arroz/Feijão Carioca Filé de Frango em Isca Refogado Salada de Repolho Maçã	Laranja	Macarrão Alho e Óleo Com Carne Desfiada
				 Anna Carolina de Souza Oliveira Fonseca Nutricionista/RT CRN: 3-37784

Ensino Infantil (Integral)

Valor Nutricional do Cardápio

70% das Necessidades Nutricionais Diárias

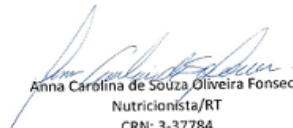
1ª Semana ABRIL DE 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média da Semana	874,66	99,01	39,68	30,35	438,91	51,51	251,98	3,336	0	0	2274,47
2ª Semana ABRIL DE 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média da Semana	934,31	104,82	42,89	32,26	255,35	52,69	255,23	3,94	-	-	2.146,11
3ª Semana ABRIL DE 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média da Semana	724,05	77,33	34,95	25,04	265,29	53,77	243,07	2,95	-	-	1.564,51
4ª Semana ABRIL DE 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média da Semana	905,32	102,86	41,00	31,20	322,27	54,03	252,61	3,91	-	-	2.331,30
5ª Semana ABRIL DE 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média da Semana	377,65	41,12	17,87	13,07	30,66	23,08	91,15	1,35	-	-	780,87

Ensino Infantil Parcial (04 a 05 anos)

ABRIL 2024

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
ARROZ / FEIJÃO CARIOCA OMELETE COM TOMATE MELÃO 1	ARROZ / FEIJÃO CARIOCA FRANGO REFOGADO SALADA DE BETERRABA 2	MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA SALADA DE ACELGA BANANA 3	ARROZ / FEIJÃO PRETO PERNIL COZIDO SALADA DE PEPINO MAÇÃ 4	ARROZ CARNE DE PANELA SALADA DE CENOURA RALADA 5
ARROZ / FEIJÃO CARIOCA CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA DE ACELGA 8	ARROZ CARNE DE PANELA COM CHUCHU MELÃO 9	ARROZ / FEIJÃO OVO MEXIDO C/ SALSA SALADA DE ALFACE 10	ARROZ FILÉ DE COXA COM BATATA CAQUI 11	MACARRÃO AO MOLHO ISCA DE FRANGO SALADA DE TOMATE MAÇÃ 12
ARROZ / FEIJÃO CARIOCA OVO MEXIDO SALADA DE CENOURA MAÇÃ 15	ARROZ ISCA DE FRANGO REFOGADO SALADA DE PEPINO 16	ARROZ / FEIJÃO PRETO PERNIL COZIDO COUVE REFOGADA BANANA 17	MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA SALADA DE REPOLHO MELANCIA 18	CONSELHO DE CLASSE NÃO LETIVO 19
MACARRÃO COM MOLHO DE CALABRESA SALADA DE PEPINO MELÃO 22	ARROZ / FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA DE CENOURA 23	ARROZ FRANGO REFOGADO COM BATATA DOCE BANANA 24	ARROZ / FEIJÃO CARIOCA CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA DE BETERRABA RALADA 25	ARROZ CARNE DE PANELA ABÓBORA COZIDA MAÇÃ 26
ARROZ CARNE MOÍDA REFOGADA COM CHUCHU MELÃO 29	ARROZ / FEIJÃO CARIOCA FRANGO REFOGADO SALADA DE REPOLHO 30			

Sujeito a alteração sazonal


 Anna Carolina de Souza Oliveira Fonseca
 Nutricionista/RT
 CRN: 3-37784

Ensino Infantil Parcial (04 a 05 anos)

Valor Nutricional do Cardápio

1ª Semana ABRIL 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média daSemana	603,14	55,696	34,79	16,812	0	303,38	14,4	60,8	2,56	0	0	1595,716

2ª Semana ABRIL 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média daSemana	538,85	5073	30,292	15,82	0	58,68	15,08	50,74	1,958	0	0	1429,434

3ª Semana ABRIL 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média daSemana	494,52	46,592	28,194	13,604	0	10,56	11,95	53,88	1,65	0	0	1495,286

4ª Semana ABRIL 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média daSemana	551,45	54,266	29,802	16,536	0	8,7	10,974	52,042	2,008	0	0	1500,06

5ª Semana ABRIL 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média daSemana	193,41	17,962	10,458	6,856	0	0,36	2,586	19,646	0,786	0	0	606,444

Sujeito a alteração sazonal

Ensino Fundamental I (6 a 10 anos) II (11 a 14 anos) 07h00m - 8h40m

ABRIL 2024

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO SALGADO INTEGRAL	LEITE COM CHOCOLATE PÃO FORMA C/ MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE BISC. AMANTEGADO CHOCOLATE	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO SALGADO	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO MAISENA
ARROZ / FEIJÃO CARIOCA OMELETE COM TOMATE MELÃO 1	ARROZ / FEIJÃO CARIOCA FRANGO REFOGADO SALADA DE BETERRABA 2	MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA SALADA DE ACELGA BANANA 3	ARROZ / FEIJÃO PRETO PERNIL COZIDO SALADA DE PEPINO MAÇÃ 4	ARROZ CARNE DE PANELA SALADA DE CENOURA RALADA 5
LEITE COM CHOCOLATE BISC AMANTEGADO DE CHOC	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO MAISENA	LEITE COM CHOCOLATE PÃO FORMA C/ REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE BISC AMANTEGADO LEITE	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO SALGADO
ARROZ / FEIJÃO CARIOCA CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA DE ACELGA 8	ARROZ CARNE DE PANELA COM CHUCHU MELÃO 9	ARROZ / FEIJÃO OVO MEXIDO C/ SALSÁ SALADA DE ALFACE 10	ARROZ FILÉ DE COXA COM BATATA CAQUI 11	MACARRÃO AO MOLHO ISCA DE FRANGO SALADA DE TOMATE MAÇÃ 12
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO MAISENA	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO SALGADO	LEITE COM CHOCOLATE BISC AMANTEGADO DE CHOC	LEITE COM CHOCOLATE PÃO FORMA C/ MARGARINA	
ARROZ / FEIJÃO CARIOCA OVO MEXIDO SALADA DE CENOURA MAÇÃ 15	ARROZ ISCA DE FRANGO REFOGADO SALADA DE PEPINO 16	ARROZ / FEIJÃO PRETO PERNIL COZIDO COUVE REFOGADA BANANA 17	MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA SALADA DE REPOLHO MELANCIA 18	CONSELHO DE CLASSE NÃO LETIVO 19
LEITE COM CHOCOLATE BISC AMANTEGADO DE LEITE	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO SALGADO	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO MAISENA	LEITE COM CHOCOLATE BISC AMANTEGADO DE CHOC	LEITE COM CHOCOLATE PÃO FORMA C/ REQUEIJÃO
MACARRÃO COM MOLHO DE CALABRESA SALADA DE PEPINO MELÃO 22	ARROZ / FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA DE CENOURA 23	ARROZ FRANGO REFOGADO COM BATATA DOCE BANANA 24	ARROZ / FEIJÃO CARIOCA CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA DE BETERRABA RALADA 25	ARROZ CARNE DE PANELA ABÓBORA COZIDA MAÇÃ 26
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO SALGADO INTEGRAL	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO MAISENA			
ARROZ CARNE MOÍDA REFOGADA COM CHUCHU MELÃO 29	ARROZ / FEIJÃO CARIOCA FRANGO REFOGADO SALADA DE REPOLHO 30			

Sujeito a alteração sazonal

Ensino Fundamental I (6 a 10 anos) II (11 a 14 anos)

1ª Semana ABRIL 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média da Semana	965,63	94,24	52,532	28,968	0	148,124	15,374	303,176	3,39	0	0	1636,508

2ª Semana ABRIL 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média da Semana	88,81	87,82	45,624	27,938	0	107,65	22,36	296,19	2,93	0	0	1490,68

3ª Semana ABRIL 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média da Semana	734,26	71,014	40,25	21,992	0	420,454	14,348	241,876	2,472	0	0	1381,604

4ª Semana ABRIL 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média da Semana	933,41	93,306	49,64	28,354	0	106,906	15,18	298,574	2,76	0	0	1670,656

5ª Semana ABRIL 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média da Semana	300,26	29,524	15,854	9,87	0	18,762	4,694	71,334	1,01	0	0	634,292


 Anna Carolina de Souza Oliveira Fonseca
 Nutricionista/RT
 CRN: 3-37784

Ensino de Jovens e Adultos

20h40m

ABRIL 2024

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
ARROZ / FEIJÃO CARIOCA OMELETE COM TOMATE MELÃO 1	ARROZ / FEIJÃO CARIOCA FRANGO REFOGADO SALADA DE BETERRABA 2	MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA SALADA DE ACELGA BANANA 3	ARROZ / FEIJÃO PRETO PERNIL COZIDO SALADA DE PEPINO MAÇÃ 4	ARROZ CARNE DE PANELA SALADA DE CENOURA RALADA 5
ARROZ / FEIJÃO CARIOCA CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA DE ACELGA 8	ARROZ CARNE DE PANELA COM CHUCHU MELÃO 9	ARROZ / FEIJÃO OVO MEXIDO C/ SALSA SALADA DE ALFACE 10	ARROZ FILÉ DE COXA COM BATATA CAQUI 11	MACARRÃO AO MOLHO ISCA DE FRANGO SALADA DE TOMATE MAÇÃ 12
ARROZ / FEIJÃO CARIOCA OVO MEXIDO SALADA DE CENOURA MAÇÃ 15	ARROZ ISCA DE FRANGO REFOGADO SALADA DE PEPINO 16	ARROZ / FEIJÃO PRETO PERNIL COZIDO COUVE REFOGADA BANANA 17	MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA SALADA DE REPOLHO MELANCIA 18	CONSELHO DE CLASSE NÃO LETIVO 19
MACARRÃO COM MOLHO DE CALABRESA SALADA DE PEPINO MELÃO 22	ARROZ / FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA DE CENOURA 23	ARROZ FRANGO REFOGADO COM BATATA DOCE BANANA 24	ARROZ / FEIJÃO CARIOCA CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA DE BETERRABA RALADA 25	ARROZ CARNE DE PANELA ABÓBORA COZIDA MAÇÃ 26
ARROZ CARNE MOÍDA REFOGADA COM CHUCHU MELÃO 29	ARROZ / FEIJÃO CARIOCA FRANGO REFOGADO SALADA DE REPOLHO 30			

Anna Carolina de Souza Oliveira Fonseca
Nutricionista/RT
CRN: 3-37784

Ensino de Jovens e Adultos

Valor Nutricional do Cardápio

1ª Semana ABRIL 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média da Semana	771,94	78,63	39,43	25,61	475,59	20,63	94,1	4,16	0	0	1537,69

2ª Semana ABRIL 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média da Semana	683,64	70,80	33,63	24,42	56,30	24,34	81,79	3,51	-	-	1.411,43

3ª Semana ABRIL 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média da Semana	603,18	63,35	29,76	20,47	508,03	32,27	84,34	2,81	-	-	1.033,77

4ª Semana ABRIL 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média da Semana	753,02	75,44	39,24	24,50	16,89	14,10	77,24	3,12	-	-	1.586,89

5ª Semana ABRIL 2024	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média da Semana	287,39	27,58	14,89	10,74	1,93	7,78	30,71	1,23	-	-	610,88

Sujeito a alteração sazonal