

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA**  
**CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS**  
**ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - AGOSTO e SETEMBRO/2026 - SEDE**  
**3 a 15 anos - PARCIAL E INTEGRAL**

Regular Manhã: Entrada / Lanche da Manhã / Almoço + Fruta    Regular Tarde: Almoço + Fruta / Lanche Tarde    Integral: Todas refeições

| DIAS                                   | DATA | ENTRADA (7:00) | LANCHE DA MANHÃ (9:00)                                                                                                 | ALMOÇO + FRUTA (11:30/12:30)                                                                                                    | SOBREMESA/ LANCHE 6º HORÁRIO (11:20) | LANCHE TARDE (15:00)                                                                                                |
|----------------------------------------|------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ENTREGA DO HORTI/CARNE</b>          |      |                |                                                                                                                        |                                                                                                                                 |                                      |                                                                                                                     |
| QUA                                    | 12/8 | LEITE          | VITAMINA TROPICAL (Leite, banana e maracujá)<br>PÃO DE BATATA (Farinha de trigo, leite, ovo, óleo, batata)<br>MELANCIA | ARROZ + FEIJÃO<br>ESTROGONOFÉ DE FRANGO (Cubos de frango, inhame, tomate, cebola)<br>BATATA SAUTÊ<br>ALFACE COM RÚCULA e TOMATE | UVA                                  | LEITE SABORIZADO COM CANELA<br><b>BOLO DE CHOCOLATE</b> (Óleo, leite, cacau 70%, ovo, farinha, e açúcar)<br>ABACAXI |
| QUI                                    | 13/8 | LEITE          | LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA<br>PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, vinagre, manteiga e sal)<br>GOIABA                  | ARROZ + FEIJÃO PRETO<br>COXA E SOBRECOPA ASSADA<br>CANJIQUEINHA (Tomate, cebola, moranga e espinafre)<br>COUVE REFOGADA         | ABACAXI                              | VITAMINA DE CHOCOLATE (Leite, banana, cacau e aveia)<br>PÃO COM MANTEIGA<br>MELANCIA                                |
| SEX                                    | 14/8 | LEITE          | VITAMINA DE GOIABA (Leite, banana e goiaba)<br>BISCOITO DE POLVILHO (Polvilho, ovos, leite, óleo, batata)<br>ABACAXI   | ARROZ + FEIJÃO<br>CUBOS DE PERNIL COM INHAME<br>ACELGA + CENOURA RALADA                                                         | BANANA                               | SUCO DE MARACUJÁ COM MANGA<br>COXINHA DE FRANGO NUTRITIVA (Frango, ovo, linhaça, cebola, tempero de alho)<br>UVA    |
| SAB                                    | 15/8 |                | <b>SÁBADO</b>                                                                                                          |                                                                                                                                 |                                      |                                                                                                                     |
| DOM                                    | 16/8 |                | <b>DOMINGO</b>                                                                                                         |                                                                                                                                 |                                      |                                                                                                                     |
| SEG                                    | 17/8 | LEITE          | SUCO DE GOIABA<br>BOLINHO DE MANDIOCA COM FRANGO DESFIADO<br>MELANCIA                                                  | ARROZ + FEIJÃO<br>COXA E SOBRECOPA ENSOPADA COM QUIABO<br>ANGU<br>ORA-PRO-NÓBIS REFOGADA                                        | GOIABA                               | SUCO DE UVA INTEGRAL<br>CREPIOCA (Tapioca e ovo)<br>BANANA                                                          |
| TER                                    | 18/8 | LEITE          | VITAMINA DE CHOCOLATE (Leite, banana, cacau e aveia)<br>PÃO COM QUEIJO (Leite, vinagre e sal)<br>ABACAXI               | ARROZ + FEIJÃO<br>CARNE MOÍDA AO MOLHO<br>LEGUMES SAUTÊ (Batata, cenoura, chuchu, manteiga e orégano)<br>ACELGA REFOGADA        | MELANCIA                             | VITAMINA DE MANGA<br>TORRADA (Pão e manteiga)<br>GOIABA                                                             |
| Composição nutricional (média semanal) |      |                | Energia ( Kcal)                                                                                                        | PTN (g)<br>10 a 15% do VET                                                                                                      | LIP (g)<br>15 a 30% do VET           | CHO (g)<br>55 a 65% do VET                                                                                          |
| 4-5 anos                               |      |                | 905                                                                                                                    | 32g (14%)                                                                                                                       | 30g (30%)                            | 131g (58%)                                                                                                          |
| 6-10 anos                              |      |                | 1112                                                                                                                   | 40g (14%)                                                                                                                       | 36g (30%)                            | 161g (58%)                                                                                                          |
| 11-15 anos                             |      |                | 1588                                                                                                                   | 57g (14%)                                                                                                                       | 52g (30%)                            | 230g (58%)                                                                                                          |

\* Cardápio Sujeito a Alterações

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

Ana Clara Salomé  
Nutricionista  
CRN 311961

Andressa Oliveira  
Nutricionista  
CRN 7405

Febiana Santos Claudio  
Nutricionista  
CRN 36223

Eden Fonseca  
Nutricionista  
CRN 14117

Elisa da Silva M. Ladeira  
Nutricionista  
CRN 13870

Maria Eduarda Dias Assis  
Nutricionista  
CRN 933954

Mariana Vaz Silva  
Nutricionista  
CRN 30158

Melanie Goulart Costa  
Nutricionista  
CRN 5 Nº 21536

Michelle C. de Araújo  
Nutricionista  
CRN - MG 2293

Naiara A. Cândido  
Nutricionista  
CRN - MG 8858

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA**  
**CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS**  
**ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - AGOSTO e SETEMBRO/2026 - SEDE**  
**3 a 15 anos - PARCIAL E INTEGRAL**

Regular Manhã: Entrada / Lanche da Manhã / Almoço + Fruta Regular Tarde: Almoço + Fruta / Lanche Tarde Integral: Todas refeições

| DIAS                                      | DATA | ENTRADA<br>(7:00) | LANCHE DA MANHÃ<br>(9:00)                                                                          | ALMOÇO<br>(11:30/12:30)                                                                                                                            | SOBREMESA/<br>LANCHE<br>6º HORÁRIO (11:20) | LANCHE TARDE<br>(15:00)                                                                                           |
|-------------------------------------------|------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ENTREGA DO HORTI/CARNE</b>             |      |                   |                                                                                                    |                                                                                                                                                    |                                            |                                                                                                                   |
| QUA                                       | 19/8 | LEITE             | SUCO DO HULK (laranja e azedinha)<br>NUGGETS CASEIRO (Frango, cenoura, ovo, chia, aveia)<br>GOIABA | ARROZ + FEIJÃO<br>OVO COZIDO NO MOLHO TOMATE COM<br>CENOURA E ABOBRINHA RALADA<br>ALFACE COM RÚCULA                                                | ABACAXI                                    | VITAMINA DE CHOCOLATE (Leite, banana, cacau e aveia)<br>BISCOITO DE POLVILHO (Polvilho, óleo, leite, ovos)<br>UVA |
| QUI                                       | 20/8 | LEITE             | VITAMINA DE MORANGO (Leite, banana, morango e aveia)<br>PÃO COM MANTEIGA<br>UVA                    | ARROZ + FEIJÃO<br>COXA E SOBRECOXA ASSADA<br>CREME DE ESPINAFRE (Leite, manteiga, cebola e espinafre)<br>ALFACE E TOMATE RODELA                    | BANANA                                     | LEITE SABORIZADO COM CANELA<br>PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, vinagre, manteiga e sal)<br>MAMÃO                |
| SEX                                       | 21/8 | LEITE             | SUCO DE ABACAXI COM LARANJA<br>OVOS MEXIDOS<br>BANANA                                              | ARROZ<br>FEIJOADA (Feijão preto, isca de pernil)<br>VINAGRETE (Tomate, cebola, cenoura, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde)<br>COUVE REFOGADA | BANANINHA                                  | VITAMINA DE MANGA COM MARACUJÁ<br>PÃO DE CEBOLA (Farinha de trigo, leite, ovo, óleo, cebola, batata)<br>ABACAXI   |
| SAB                                       | 22/8 |                   | <b>SÁBADO</b>                                                                                      |                                                                                                                                                    |                                            |                                                                                                                   |
| DOM                                       | 23/8 |                   | <b>DOMINGO</b>                                                                                     |                                                                                                                                                    |                                            |                                                                                                                   |
| SEG                                       | 24/8 | LEITE             | VITAMINA DE MANGA<br>BOLINHA DE BATATA (Batata, ovo, polvilho azedo, óleo, sal e orégano)<br>MAMÃO | ARROZ + FEIJÃO<br>OMELETE COM MOSTARDA<br>CENOURA COM VAGEM REFOGADOS<br>ACELGA                                                                    | MELANCIA                                   | SUCO DE UVA INTEGRAL<br>BOLINHO DE MANDIOCA COM PERNIL<br>GOIABA                                                  |
| TER                                       | 25/8 | LEITE             | VITAMINA DE CHOCOLATE (Leite, banana, cacau e aveia)<br>PÃO COM MANTEIGA<br>ABACAXI                | ARROZ + FEIJÃO PRETO<br>COXA E SOBRECOXA ASSADA<br>VIRADO DE COUVE (Couve, farinha de milho e ovo)<br>TOMATE EM CUBOS COM MANJERICÃO               | GOIABA                                     | LEITE SABORIZADO COM CANELA<br>PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, vinagre, manteiga e sal)<br>BANANA               |
| Composição nutricional<br>(média semanal) |      |                   | Energia ( Kcal)                                                                                    | PTN (g)<br>10 a 15% do VET                                                                                                                         | LIP (g)<br>15 a 30% do VET                 | CHO (g)<br>55 a 65% do VET                                                                                        |
| 4-5 anos                                  |      |                   | 855                                                                                                | 31g (15%)                                                                                                                                          | 27g (29%)                                  | 126g (59%)                                                                                                        |
| 6-10 anos                                 |      |                   | 1050                                                                                               | 39g (15%)                                                                                                                                          | 34g (29%)                                  | 155g (59%)                                                                                                        |
| 11-15 anos                                |      |                   | 1500                                                                                               | 55g (15%)                                                                                                                                          | 48g (29%)                                  | 221g (59%)                                                                                                        |

\* Cardápio Sujeito a Alterações  
 SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR












Ana Clara Souza Salomoni  
Nutricionista  
CRN 262359  
 Andréia Oliveira Oliveira  
Nutricionista  
CRN 14191  
 Karine Leticia Silva  
Nutricionista  
CRN 10822P  
 Edna Feres  
Nutricionista  
CRN 14117  
 Eliete de M. L. Jardim  
Nutricionista  
CRN 11070  
 Marilene G. G. Costa  
Nutricionista  
CRN - 9 Nº 29536  
 Mariana Vaz Silva  
Nutricionista  
CRN 30158  
 Michelle C. de Araújo  
Nutricionista  
CRN - MG 2293  
 Náiana A. Cândido  
Nutricionista  
CRN - MG 8558  
 Sora C. R. Santana  
Nutricionista  
CRN - RJ

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA**  
**CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS**  
**ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - AGOSTO e SETEMBRO/2026 - SEDE**  
**3 a 15 anos - PARCIAL E INTEGRAL**

Regular Manhã: Entrada / Lanche da Manhã / Almoço + Fruta    Regular Tarde: Almoço + Fruta / Lanche Tarde    Integral: Todas refeições

| DIAS                                      | DATA | ENTRADA<br>(7:00) | LANCHE DA MANHÃ<br>(9:00)                                                                                                              | ALMOÇO<br>(11:30/12:30)                                                                                                                                                                | SOBREMESA/<br>LANCHE<br>6º HORÁRIO (11:20) | LANCHE TARDE<br>(15:00)                                                              |
|-------------------------------------------|------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ENTREGA DO HORTI/CARNE</b>             |      |                   |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                        |                                            |                                                                                      |
| QUA                                       | 26/8 | LEITE             | SUCO DE ABACAXI COM LARANJA E HORTELÃ<br>BOLINHO DE ARROZ COM FRANGO (Arroz, ovo, chia, cubo de frango e farinha integral)<br>MELANCIA | ARROZ<br>TUTU DE FEIJÃO (feijão, isca de pernil, ovos, farinha)<br>VINAGRETE (Tomate, cebola, cenoura, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde)<br>TAIOBA REFOGADA                     | ABACAXI                                    | SUCO DE LARANJA<br>AVEIOCA (Ovo e aveia)<br>UVA                                      |
| QUI                                       | 27/8 | LEITE             | LEITE SABORIZADO COM CANELA<br>PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, vinagre, manteiga e sal)<br>GOIABA                                    | ARROZ + FEIJÃO<br>PEIXE CROCANTE (Tilápia, ovo, farinha de trigo, fubá)<br>MACARRÃO AO SUGO COM ESPINAFRE (Parafuso integral, molho de tomate, espinafre)<br>ALFACE + BETERRABA RALADA | BANANINHA                                  | VITAMINA DE CHOCOLATE (Leite, banana, cacau e aveia)<br>PÃO COM MANTEIGA<br>MELANCIA |
| SEX                                       | 28/8 | LEITE             | SUCO DE MARACUJÁ COM MANGA<br>CREPIOCA (Tapioca e ovo)<br>UVA                                                                          | ARROZ + FEIJÃO VERMELHO<br>CANJIQUEINHA COM LEGUMES (Canjiquinha, cubos de frango, batata, cenoura, cebola e tomate)<br>ALMEIRÃO REFOGADO                                              | MELANCIA                                   | SUCO DE GOIABA<br>PIPOCA<br>MELANCIA                                                 |
| SAB                                       | 29/8 |                   | <b>SÁBADO</b>                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                        |                                            |                                                                                      |
| DOM                                       | 30/8 |                   | <b>DOMINGO</b>                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                        |                                            |                                                                                      |
| SEG                                       | 31/8 | LEITE             | SUCO DE LARANJA<br>PIPOCA<br>BANANA                                                                                                    | ARROZ + FEIJÃO<br>CUBOS SUÍNOS COM GRÃO DE BICO E LEGUMES (Cubo suíno, grão de bico, moranga, chuchu, tomate)<br>REPOLHO REFOGADO                                                      | MELANCIA                                   | COQUETEL DE FRUTAS AMARELAS (Maracujá, manga e laranja)<br>OVOS MEXIDOS<br>ABACAXI   |
| TER                                       | 1/9  | LEITE             | VITAMINA DE MANGA COM MARACUJÁ<br>PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, vinagre, manteiga e sal)<br>MAMÃO                                  | ARROZ + FEIJÃO VERMELHO<br>COXA E SOBRECOXA ASSADA<br>PURÊ DE MANDIOQUINHA<br>SALADA DE ACELGA                                                                                         | BANANINHA                                  | LEITE SABORIZADO COM CANELA<br>TORRADA (Pão com manteiga)<br>MELÃO                   |
| Composição nutricional<br>(média semanal) |      |                   | Energia ( Kcal)                                                                                                                        | PTN (g)<br>10 a 15% do VET                                                                                                                                                             | LIP (g)<br>15 a 30% do VET                 | CHO (g)<br>55 a 65% do VET                                                           |
| 4-5 anos                                  |      |                   | 849                                                                                                                                    | 30g (14%)                                                                                                                                                                              | 22g (23%)                                  | 136g (64%)                                                                           |
| 6-10 anos                                 |      |                   | 1043                                                                                                                                   | 37g (14%)                                                                                                                                                                              | 27g (23%)                                  | 167g (64%)                                                                           |
| 11-15 anos                                |      |                   | 1490                                                                                                                                   | 53g (14%)                                                                                                                                                                              | 38g (23%)                                  | 239g (64%)                                                                           |

\* Cardápio Sujeito a Alterações

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

*Ana Clara Silva Soares*  
Nutricionista  
CRN 26223/26

*Andressa Oliveira Oliveira*  
Nutricionista  
CRN 17406

*Karina Diniz da Silva*  
Nutricionista  
CRN 82828/28

*Eden Falcão*  
Nutricionista  
CRN 19077

*Elaine da Silva M. Lourenço*  
Nutricionista  
CRN 1075

*Marilene Gonçalves Costa*  
Nutricionista  
CRN 8 1º 29538

*Mariana Vaz Silva*  
Nutricionista  
CRN 30158

*Michelle C. de Araújo*  
CRN - MG 2293

*Natália A. Cândido*  
CRN - MG 8858

*Sara C. Sobrinho Santos*  
Nutricionista  
CRN - 1424

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA**  
**CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS**  
**ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - AGOSTO e SETEMBRO/2026 - SEDE**  
**3 a 15 anos - PARCIAL E INTEGRAL**

Regular Manhã: Entrada / Lanche da Manhã / Almoço + Fruta   Regular Tarde: Almoço + Fruta / Lanche Tarde   Integral: Todas refeições

| DIAS                                      | DATA | ENTRADA<br>(7:00) | LANCHE DA MANHÃ<br>(9:00)                                                                                            | ALMOÇO + FRUTA<br>(11:30/12:30)                                                                                                                                       | SOBREMESA/<br>LANCHE<br>6º HORÁRIO (11:20) | LANCHE TARDE<br>(15:00)                                                                                                                 |
|-------------------------------------------|------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ENTREGA DO HORTI/CARNE</b>             |      |                   |                                                                                                                      |                                                                                                                                                                       |                                            |                                                                                                                                         |
| QUA                                       | 2/9  | LEITE             | LEITE SABORIZADO COM CANELA<br>BOLO DE CENOURA (Cenoura, ovo, óleo, leite, farinha, uva passa, fermento)<br>MELANCIA | ARROZ + FEIJÃO<br>MACARRÃO A BOLONHESA RICO (Moida, molho de tomate, cebola, beterraba, cenoura, manjerição)<br>MIX DE FOLHAS (Alface, agrião e azedinha)             | UVA                                        | SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ<br>BOLINHO DE MANDIOCA COM PERNIL<br>GOIABA                                                                 |
| QUI                                       | 3/9  | LEITE             | VITAMINA DE CHOCOLATE (Leite, banana, cacau e aveia)<br>PÃO COM MANTEIGA<br>ABACAXI                                  | ARROZ + FEIJÃO<br>ESTROGONOFE DE FRANGO (Cubo de frango, cogumelo, molho de tomate, inhame, alho)<br>BATATA CORADA<br>ACELGA COM CENOURA                              | MELANCIA                                   | LEITE SABORIZADO COM CANELA<br>PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, vinagre, manteiga e sal)<br>MAMÃO                                      |
| SEX                                       | 4/9  | LEITE             | SUCO DE MANGA<br>COXINHA DE FRANGO NUTRITIVA (Frango, ovo, linhaça, cebola, tempero de alho)<br>BANANA               | ARROZ + FEIJÃO<br>COXA E SOBRECOXA ASSADA<br>ANGU<br>ORA-PRO-NÓBIS REFOGADA                                                                                           | MEL                                        | VITAMINA DE CHOCOLATE (Leite, banana, cacau e aveia)<br>BOLINHA DE BATATA (Batata, ovo, polvilho azedo, óleo, sal e orégano)<br>ABACAXI |
| SAB                                       | 5/9  |                   | SÁBADO                                                                                                               |                                                                                                                                                                       |                                            |                                                                                                                                         |
| DOM                                       | 6/9  |                   | DOMINGO                                                                                                              |                                                                                                                                                                       |                                            |                                                                                                                                         |
| SEG                                       | 7/9  |                   | FERIADO                                                                                                              |                                                                                                                                                                       |                                            |                                                                                                                                         |
| TER                                       | 8/9  | LEITE             | LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA<br>PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, vinagre, manteiga e sal)<br>GOIABA                | ARROZ POPAYE (ESPINAFRE) + FEIJÃO<br>PEIXE CROCANTE (Tilápia, ovo, farinha de trigo, fubá)<br>PURÊ DE BATATA (Batata, leite e manteiga)<br>REPOLHO COM CENOURA RALADA | ABACAXI                                    | VITAMINA DE CHOCOLATE (Leite, banana, cacau e aveia)<br>PÃO COM MANTEIGA<br>MELANCIA                                                    |
| Composição nutricional<br>(média semanal) |      |                   | Energia ( Kcal)                                                                                                      | PTN (g)<br>10 a 15% do VET                                                                                                                                            | LIP (g)<br>15 a 30% do VET                 | CHO (g)<br>55 a 65% do VET                                                                                                              |
| 4-5 anos                                  |      |                   | 952                                                                                                                  | 37g (16%)                                                                                                                                                             | 30g (28%)                                  | 110g (58%)                                                                                                                              |
| 6-10 anos                                 |      |                   | 1169                                                                                                                 | 45g (16%)                                                                                                                                                             | 36g (28%)                                  | 135g (58%)                                                                                                                              |
| 11-15 anos                                |      |                   | 1670                                                                                                                 | 65g (16%)                                                                                                                                                             | 52g (28%)                                  | 193g (58%)                                                                                                                              |

\* Cardápio Sujeito a Alterações

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA**  
**CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS**  
**ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - AGOSTO e SETEMBRO/2026 - SEDE**  
**3 a 15 anos - PARCIAL E INTEGRAL**

Regular Manhã: Entrada / Lanche da Manhã / Almoço + Fruta Regular Tarde: Almoço + Fruta / Lanche Tarde Integral: Todas refeições

| DIAS                                      | DATA | ENTRADA<br>(7:00) | LANCHE DA MANHÃ<br>(9:00)                                                                                          | ALMOÇO<br>(11:30/12:30)                                                                                                                    | SOBREMESA/<br>LANCHE<br>6º HORÁRIO (11:20) | LANCHE TARDE<br>(15:00)                                                                                              |
|-------------------------------------------|------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ENTREGA DO HORTI/CARNE</b>             |      |                   |                                                                                                                    |                                                                                                                                            |                                            |                                                                                                                      |
| QUA                                       | 9/9  | LEITE             | VITAMINA DE MANGA<br>BISCOITO DE POLVILHO (Polvilho, óleo, leite, ovos)<br>BANANA                                  | ARROZ + FEIJÃO<br>ISCA DE PERNIL AO MOLHO DE TOMATE<br>QUIABO E MORANGA REFOGADOS<br>ANGU<br>MOSTARDA REFOGADA                             | GOIABA                                     | LEITE SABORIZADO COM CANELA<br>BOLO MESCLADO (Farinha, ovo, leite, uva passa, cacau)<br>UVA                          |
| QUI                                       | 10/9 | LEITE             | IOGURTE NATURAL COM UVA (Iogurte natural, leite em pó, baunilha, coco)<br>PÃO COM MANTEIGA                         | ARROZ + FEIJÃO<br>COXA E SOBRECOXA ASSADA<br>CREME DE MILHO (Milho verde lata, leite, manteiga, cebola)<br>ALFACE E TOMATE RODELA          | BANANINHA                                  | VITAMINA DE MORANGO (Leite, banana e morango)<br>PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, vinagre, manteiga e sal)<br>MAMÃO |
| SEX                                       | 11/9 | LEITE             | SUCO DE UVA INTEGRAL<br>COXINHA NUTRITIVA (Frango desfiado, requeijão caseiro, aveia)<br>ABACAXI                   | ARROZ COM BRÓCOLIS + FEIJÃO<br>CARNE MOÍDA COM CHUCHU<br>ALFACE COM SERRALHA                                                               | MELANCIA                                   | SUCO DE MANGA<br>PIPOCA<br>BANANA                                                                                    |
| SAB                                       | 12/9 |                   | <b>SÁBADO</b>                                                                                                      |                                                                                                                                            |                                            |                                                                                                                      |
| DOM                                       | 13/9 |                   | <b>DOMINGO</b>                                                                                                     |                                                                                                                                            |                                            |                                                                                                                      |
| SEG                                       | 14/9 | LEITE             | VITAMINA DE MORANGO (Leite, banana e morango)<br>BOLO DE CHOCOLATE (Farinha de trigo, ovo, açúcar, cacau)<br>MAMÃO | ARROZ + FEIJÃO PRETO<br>ISCAS SUÍNAS ACEBOLADAS<br>VIRADO DE VAGEM COM REPOLHO (Vagem, repolho, farinha de milho e ovo)<br>TOMATE EM CUBOS | MELANCIA                                   | SUCO DE UVA INTEGRAL<br>BOLINHO DE MANDIOCA COM FRANGO<br>ABACAXI                                                    |
| TER                                       | 15/9 | LEITE             | VITAMINA DE MARACUJÁ COM MANGA<br>PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, vinagre, manteiga e sal)<br>GOIABA             | ARROZ + FEIJÃO<br>ESCONDIDINHO (Batata, manteiga, leite, frango desfiado)<br>ACELGA E CENOURA RALADA                                       | BANANINHA                                  | LEITE SABORIZADO COM CANELA<br>PÃO COM MANTEIGA<br>MELANCIA                                                          |
| Composição nutricional<br>(média semanal) |      |                   | Energia ( Kcal)                                                                                                    | PTN (g)<br>10 a 15% do VET                                                                                                                 | LIP (g)<br>15 a 30% do VET                 | CHO (g)<br>55 a 65% do VET                                                                                           |
| 4-5 anos                                  |      |                   | 941                                                                                                                | 33g (14%)                                                                                                                                  | 31g (29%)                                  | 137g (58%)                                                                                                           |
| 6-10 anos                                 |      |                   | 1156                                                                                                               | 41g (14%)                                                                                                                                  | 38g (29%)                                  | 169g (58%)                                                                                                           |
| 11-15 anos                                |      |                   | 1651                                                                                                               | 58g (14%)                                                                                                                                  | 54g (29%)                                  | 241g (58%)                                                                                                           |

\* Cardápio Sujeito a Alterações  
 SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR












Nutricionista CRN 26234P    Nutricionista CRN 1466    Nutricionista CRN 20839P    Nutricionista CRN 1417    Nutricionista CRN 1025    Nutricionista CRN 25536    Nutricionista CRN 30158    CRN - MG 2293    CRN - MG 8858    Nutricionista CRN 1034

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA**  
**CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS**  
**ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - AGOSTO e SETEMBRO/2026 - SEDE**  
**3 a 15 anos - PARCIAL E INTEGRAL**

Regular Manhã: Entrada / Lanche da Manhã / Almoço + Fruta Regular Tarde: Almoço + Fruta / Lanche Tarde Integral: Todas refeições

| DIAS                                      | DATA | ENTRADA<br>(7:00) | LANCHE DA MANHÃ<br>(9:00)                                                                             | ALMOÇO + FRUTA<br>(11:30/12:30)                                                                                                                                                        | SOBREMESA/<br>LANCHE<br>6º HORÁRIO (11:20) | LANCHE TARDE<br>(15:00)                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------|------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ENTREGA DO HORTI/CARNE</b>             |      |                   |                                                                                                       |                                                                                                                                                                                        |                                            |                                                                                                                                                           |
| QUA                                       | 16/9 | LEITE             | SUCO DE GOIABA<br>NUGGETS CASEIRO (Frango, cenoura, ovo, chia, aveia)<br>BANANA                       | ARROZ<br>TUTU DE FEIJÃO (feijão, isca de pernil, ovos, farinha)<br>VINAGRETE (Tomate, cebola, cenoura, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde)<br>COUVE REFOGADA                      | ABACAXI                                    | VITAMINA DE MANGA<br>BOLINHA DE BATATA (Batata, ovo, polvilho azedo, óleo, sal e orégano)<br>GOIABA                                                       |
| QUI                                       | 17/9 | LEITE             | LEITE SABORIZADO COM CANELA<br>PÃO COM MANTEIGA<br>ABACAXI                                            | ARROZ COM BRÓCOLIS + FEIJÃO<br>PEIXE CROCANTE (Tilápia, ovo, farinha de trigo, fubá)<br>MACARRÃO AO SUGO (Parafuso integral, molho de tomate, manjericão)<br>ALFACE + BETERRABA RALADA | UVA                                        | VITAMINA DE CHOCOLATE (Leite, banana, cacau e aveia)<br>PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, vinagre, manteiga e sal)<br>BANANA                              |
| SEX                                       | 18/9 | LEITE             | SUCO DE ABACAXI COM LARANJA<br>OVOS MEXIDOS<br>MAMÃO                                                  | ARROZ + FEIJÃO VERMELHO<br>CANJIQUEINHA COM LEGUMES (Canjiquinha, isca de frango, moranga, cebola e tomate)<br>TIOBA REFOGADA                                                          | KIWI                                       | IOGURTE NATURAL COM MORANGO (iogurte natural, leite em pó, baunilha, coco)<br>ROSQUINHA DA JOSI (Farinha de trigo, óleo, leite, ovo, uva passa, fermento) |
| SAB                                       | 19/9 |                   | <b>SÁBADO</b>                                                                                         |                                                                                                                                                                                        |                                            |                                                                                                                                                           |
| DOM                                       | 20/9 |                   | <b>DOMINGO</b>                                                                                        |                                                                                                                                                                                        |                                            |                                                                                                                                                           |
| SEG                                       | 21/9 | LEITE             | SUCO DE LARANJA<br>BOLINHO DE MANDIOCA COM FRANGO<br>BANANA                                           | ARROZ + FEIJÃO<br>CARNE MOÍDA COM GRÃO DE BICO E LEGUMES (Carne moída, grão de bico, moranga, chuchu, tomate)<br>REPOLHO REFOGADO                                                      | MELANCIA                                   | SUCO DE GOIABA<br>OVOS MEXIDOS<br>ABACAXI                                                                                                                 |
| TER                                       | 22/9 | LEITE             | VITAMINA DE BANANA COM CACAU<br>PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, vinagre, manteiga e sal)<br>ABACAXI | ARROZ + FEIJÃO VERMELHO<br>ISCA DE PERNIL AO MOLHO DE TOMATE<br>VIRADO DE VAGEM (Vagem, alho poró, farinha de milho e ovo)<br>ACELGA COM MARIA GONDÓ                                   | MAMÃO                                      | VITAMINA DE MARACUJÁ COM MANGA<br>PÃO COM MANTEIGA<br>GOIABA                                                                                              |
| Composição nutricional<br>(média semanal) |      |                   | Energia ( Kcal)                                                                                       | PTN (g)<br>10 a 15% do VET                                                                                                                                                             | LIP (g)<br>15 a 30% do VET                 | CHO (g)<br>55 a 65% do VET                                                                                                                                |
| 4-5 anos                                  |      |                   | 849                                                                                                   | 33g (15%)                                                                                                                                                                              | 26g (28%)                                  | 125g (59%)                                                                                                                                                |
| 6-10 anos                                 |      |                   | 1043                                                                                                  | 41g (15%)                                                                                                                                                                              | 32g (28%)                                  | 153g (59%)                                                                                                                                                |
| 11-15 anos                                |      |                   | 1490                                                                                                  | 58g (15%)                                                                                                                                                                              | 45g (28%)                                  | 219g (59%)                                                                                                                                                |

\* Cardápio Sujeito a Alterações  
 SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

  
 Ana Cláudia Souza Saldanha  
 Nutricionista  
 CRN 2023/SP

  
 Andreza Oliveira Oliveira  
 Nutricionista  
 CRN 1466

  
 Karoline Mendes Silva  
 Nutricionista  
 CRN 2023/SP

  
 Edna Fátima  
 Nutricionista  
 CRN 1617

  
 Lídia de S. R. Leal  
 Nutricionista  
 CRN 1029

  
 Marilene R. Gonçalves Costa  
 Nutricionista  
 CRN - 9 Nº 25536

  
 Mariana Vaz Silva  
 Nutricionista  
 CRN 30158

  
 Michelle C. de Araújo  
 Nutricionista  
 CRN - MG 2293

  
 Naiara A. Cândido  
 Nutricionista  
 CRN - MG 8558

  
 Sara C. Nery Sene  
 Nutricionista  
 CRN 1004

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA**  
**CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS**  
**ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - AGOSTO e SETEMBRO/2026 - SEDE**  
**3 a 15 anos - PARCIAL E INTEGRAL**

Regular Manhã: Entrada / Lanche da Manhã / Almoço + Fruta    Regular Tarde: Almoço + Fruta / Lanche Tarde    Integral: Todas refeições

| DIAS                                      | DATA | ENTRADA<br>(7:00) | LANCHE DA MANHÃ<br>(9:00)                                                                                          | ALMOÇO + FRUTA<br>(11:30/12:30)                                                                                                      | SOBREMESA/<br>LANCHE<br>6º HORÁRIO (11:20) | LANCHE TARDE<br>(15:00)                                                                                              |
|-------------------------------------------|------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ENTREGA DO HORTI/CARNE</b>             |      |                   |                                                                                                                    |                                                                                                                                      |                                            |                                                                                                                      |
| QUA                                       | 23/9 | LEITE             | LEITE SABORIZADO COM CANELA<br>BROA DE FUBÁ (Ovo, óleo, leite, farinha, fubá, uva passa, fermento)<br>MELANCIA     | ARROZ + FEIJÃO<br>OMELETE COM ESPINAFRE<br>MACARRÃO AO SUGO RICO (Molho de tomate, cenoura, abobrinha)<br>ALFACE COM TOMATE RODELA   | MEL                                        | SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ<br>TORTA DE FRANGO COM LEGUMES (Farinha, frango, cenoura, abobrinha e milho lata)<br>UVA |
| QUI                                       | 24/9 | LEITE             | VITAMINA DE CHOCOLATE (Leite, banana, cacau)<br>PÃO COM MANTEIGA<br>GOIABA                                         | ARROZ + FEIJÃO<br>COXA E SOBRECORA ASSADA<br>CREME DE MILHO (Milho verde lata, leite, manteiga, cebola)<br>ACELGA COM CENOURA RALADA | ABACAXI                                    | LEITE SABORIZADO COM CANELA<br>PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, vinagre, manteiga e sal)<br>MAMÃO                   |
| SEX                                       | 25/9 | LEITE             | SUCO DE MARACUJÁ COM MANGA<br>COXINHA DE FRANGO NUTRITIVA (Frango, ovo, linhaça, cebola, tempero de alho)<br>MAMÃO | ARROZ + FEIJÃO<br>CUBOS DE FRANGO COM QUIABO<br>ANGU<br>COUVE REFOGADA                                                               | BANANINHA                                  | VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100%<br>BOLINHA DE BATATA (Batata, ovo, polvilho azedo, óleo, sal e orégano)<br>GOIABA  |
| SAB                                       | 26/9 |                   | <b>SÁBADO</b>                                                                                                      |                                                                                                                                      |                                            |                                                                                                                      |
| DOM                                       | 27/9 |                   | <b>DOMINGO</b>                                                                                                     |                                                                                                                                      |                                            |                                                                                                                      |
| SEG                                       | 28/9 | LEITE             | VITAMINA DE BANANA COM CACAU<br>BISCOITO DE POLVILHO (Polvilho, ovos, leite, óleo, batata)<br>GOIABA               | ARROZ + FEIJÃO<br>CANJIQUEINHA COM LEGUMES (Canjiquinha, cubos de frango, moranga, cebola e tomate)<br>MOSTARDA REFOGADA             | ABACAXI                                    | SUCO DE MARACUJÁ COM MANGA<br>BOLINHO DE ARROZ COM PERNIL (Arroz, ovo, chia, pernil e farinha integral)<br>MELANCIA  |
| TER                                       | 29/9 | LEITE             | LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA<br>PÃO COM MANTEIGA<br>MELANCIA                                                      | ARROZ + FEIJÃO<br>PEIXE CROCANTE (Tilápia, ovo, farinha de trigo, fubá)<br>BATATA COM CENOURA REFOGADOS<br>ACELGA                    | GOIABA                                     | LEITE SABORIZADO COM CANELA<br>PÃO COM REQUEIJÃO (Leite, limão, manteiga e sal)<br>ABACAXI                           |
| Composição nutricional<br>(média semanal) |      |                   | Energia ( Kcal)                                                                                                    | PTN (g)<br>10 a 15% do VET                                                                                                           | LIP (g)<br>15 a 30% do VET                 | CHO (g)<br>55 a 65% do VET                                                                                           |
| 4-5 anos                                  |      |                   | 903                                                                                                                | 35g (15%)                                                                                                                            | 30g (30%)                                  | 128g (57%)                                                                                                           |
| 6-10 anos                                 |      |                   | 1110                                                                                                               | 43g (15%)                                                                                                                            | 37g (30%)                                  | 157g (57%)                                                                                                           |
| 11-15 anos                                |      |                   | 1585                                                                                                               | 61g (15%)                                                                                                                            | 53g (30%)                                  | 224g (57%)                                                                                                           |

\* Cardápio Sujeito a Alterações

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

  
Ana Clara Siqueira Salgueiro  
Nutricionista  
CRN 2023/P

  
Andreza Oliveira Oliveira  
Nutricionista  
CRN 1406

  
Karina Mendes Silva  
Nutricionista  
CRN 2285/P

  
Edson Pinheiro  
Nutricionista  
CRN 1417

  
Lúcia Lúcia R. Lúcia  
Nutricionista  
CRN 1097

  
Marilene Gonçalves Costa  
Nutricionista  
CRN - 9 Nº 25036

  
Mariana Vaz Silva  
Nutricionista  
CRN 2015/P

  
Michelle C. de Araújo  
Nutricionista  
CRN - MG 2293

  
Nairara A. Cândido  
Nutricionista  
CRN - MG 8558

  
Sora C. Berry Sotomaior  
Nutricionista  
CRN 1406

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA**  
**CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS**  
**ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - AGOSTO e SETEMBRO/2026 - SEDE**  
**3 a 15 anos - PARCIAL E INTEGRAL**

Regular Manhã: Entrada / Lanche da Manhã / Almoço + Fruta Regular Tarde: Almoço + Fruta / Lanche Tarde Integral: Todas refeições

| DIAS                                      | DATA | ENTRADA<br>(7:00) | LANCHE DA MANHÃ<br>(9:00)                                                                       | ALMOÇO + FRUTA<br>(11:30/12:30)                                                                                                                                | SOBREMESA/<br>LANCHE<br>6º HORÁRIO (11:20) | LANCHE TARDE<br>(15:00)                                                                                                    |
|-------------------------------------------|------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ENTREGA DO HORTI/CARNE                    |      |                   |                                                                                                 |                                                                                                                                                                |                                            |                                                                                                                            |
| QUA                                       | 30/9 | LEITE             | SUCO DE LARANJA<br>OVOS MEXIDOS<br>ABACAXI                                                      | ARROZ + FEIJÃO VERMELHO<br>FRANGO XADREZ (Cubos de frango, cebola, pimentão, brócolis, couve flor e milho lata)<br>ALFACE COM AGRIÃO                           | MELANCIA                                   | SUCO DE ABACAXI COM AZEDINHA<br>CREPIOCA (Tapioca e ovo)<br>BANANA                                                         |
| QUI                                       | 1/10 | LEITE             | VITAMINA DE MANGA<br>PÃO COM REQUEIJÃO (Leite, vinagre, manteiga e sal)<br>UVA                  | ARROZ + FEIJÃO<br>ISCA DE PERNIL AO MOLHO DE TOMATE<br>FAROFÁ RICA (Farinha, ovos, cenoura, vagem)<br>ALFACE COM RÚCULA E TOMATE CUBOS                         | BANANINHA                                  | VITAMINA DE BANANA COM CACAU<br>PÃO COM MANTEIGA<br>MAMÃO                                                                  |
| SEX                                       | 2/10 | LEITE             | SUCO DE GOIABA<br>BOLINHO DE MANDIOCA COM FRANGO<br>MAMÃO                                       | ARROZ COM AÇAFRÃO + FEIJÃO<br>COXA E SOBRECOPA ENSOPADA COM CHUCHU E QUIABO<br>ANGU<br>COUVE REFOGADA                                                          | ABACAXI                                    | LEITE SABORIZADO COM CANELA<br>BROA DE FUBÁ (Ovo, óleo, leite, farinha, fubá, açúcar, fermento)<br>MELANCIA                |
| SAB                                       | 3/10 |                   | SÁBADO                                                                                          |                                                                                                                                                                |                                            |                                                                                                                            |
| DOM                                       | 4/10 |                   | DOMINGO                                                                                         |                                                                                                                                                                |                                            |                                                                                                                            |
|                                           |      |                   | CARDÁPIO SEMANA DA CRIANÇA                                                                      |                                                                                                                                                                |                                            |                                                                                                                            |
| SEG                                       | 5/10 | LEITE             | SUCO DE UVA INTEGRAL (CAIXINHA)<br>PIPOCA<br>SALADA DE FRUTAS (Banana , mamão, maçã, laranja)   | ARROZ + FEIJÃO<br>ESTROGONOFÉ DE FRANGO (Cubo de frango, cogumelo, molho de tomate, inhame, alho)<br>BATATA CORADA (Batata, manteiga, sal)<br>ACELGA           | ABACAXI                                    | SUCO DE LARANJA<br>COXINHA DE FRANGO NUTRITIVA (Frango, ovo, linhaça, cebola, tempero de alho)<br>BANANA                   |
| TER                                       | 6/10 | LEITE             | SUCO DE LARANJA<br>PIZZA (Pão de sal, requeijão, carne moída, molho de tomate, milho)<br>GOIABA | ARROZ<br>TROPEIRO (feijão, isca de pernil, ovos, farinha)<br>MOSTARDA REFOGADA<br>VINAGRETE (Tomate, cebola, cenoura, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde) | BANANINHA                                  | SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ<br>HAMBURGUER (Pão, hamburger com carne moída, requeijão caseiro, alface e tomate)<br>MELANCIA |
| Composição nutricional<br>(média semanal) |      |                   | Energia ( Kcal)                                                                                 | PTN (g)<br>10 a 15% do VET                                                                                                                                     | LIP (g)<br>15 a 30% do VET                 | CHO (g)<br>55 a 65% do VET                                                                                                 |
| 4-5 anos                                  |      |                   | 855                                                                                             | 32g (15%)                                                                                                                                                      | 26g (28%)                                  | 125g (59%)                                                                                                                 |
| 6-10 anos                                 |      |                   | 1050                                                                                            | 39g (15%)                                                                                                                                                      | 32g (28%)                                  | 154g (59%)                                                                                                                 |
| 11-15 anos                                |      |                   | 1500                                                                                            | 56g (15%)                                                                                                                                                      | 46g (28%)                                  | 220g (59%)                                                                                                                 |

\* Cardápio Sujeito a Alterações

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

  
Rosa Clara Sousa Santos  
Nutricionista  
CRN 26239

  
Andreia Cristina Oliveira  
Nutricionista  
CRN 7406

  
Karine Mendes Silva  
Nutricionista  
CRN 28829

  
Edin Pereira  
Nutricionista  
CRN 1417

  
Lídia da Silva M. Lourenço  
Nutricionista  
CRN 1805

  
Marilene Gonçalves Costa  
Nutricionista  
CRN - 9 1º 25536

  
Mariana Vaz Silva  
Nutricionista  
CRNP 30158

  
Michelle C. de Araújo  
Nutricionista  
CRN - MG 2293

  
Nilmar A. Cândido  
Nutricionista  
CRN - MG 8858

  
Sara C. Soares Santos  
Nutricionista  
CRN - MG 200

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA**  
**CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS**  
**ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - AGOSTO e SETEMBRO/2026 - SEDE**  
**3 a 15 anos - PARCIAL E INTEGRAL**

**Regular Manhã:** Entrada / Lanche da Manhã / Almoço + Fruta    **Regular Tarde:** Almoço + Fruta / Lanche Tarde    **Integral:** Todas refeições

| DIAS                                      | DATA  | ENTRADA<br>(7:00) | LANCHE DA MANHÃ<br>(9:00)                                                                                                                                                     | ALMOÇO + FRUTA<br>(11:30/12:30)                                                                                                          | SOBREMESA/<br>LANCHE<br>6º HORÁRIO (11:20)        | LANCHE TARDE<br>(15:00)                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------|-------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ENTREGA DO HORTI/CARNE                    |       |                   |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                          |                                                   |                                                                                                                                                                            |
| QUA                                       | 7/10  | LEITE             | MILKSHAKE DE MORANGO (Leite, banana e morango)<br>BOLO DE CHOCOLATE (Farinha, ovo, cacau, açúcar, leite) COM COBERTURA DE CACAU (Creme de leite e chocolate 50%)*<br>MELANCIA | ARROZ COM AÇAFRÃO + FEIJÃO<br>CUBOS DE FRANGO ENSOPADO COM QUIABO<br>ANGU<br>COUVE REFOGADA                                              | UVA                                               | SUCO DE MANGA COM MARACUJÁ<br>PIPOCA<br>SALADA DE FRUTAS (Banana , mamão, maçã, laranja)                                                                                   |
| QUI                                       | 8/10  | LEITE             | SUCO DE MANGA<br>HAMBURGUER (Pão, hamburger com carne moída, requeijão caseiro, alface e tomate)<br>UVA                                                                       | ARROZ + FEIJÃO<br>COXA E SOBRECOPA ASSADA<br>MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE (Espaguete)<br>ALFACE COM RÚCULA + BETERRABA COZIDA EM CUBINHOS | MELANCIA                                          | SUCO DE TANGERINA INTEGRAL (CAIXINHA)<br>PIZZA (Pão de sal, requeijão, frango desfiado, molho de tomate, milho)<br>GOIABA                                                  |
| SEX                                       | 9/10  | LEITE             | SUCO INTEGRAL DE TANGERINA<br>BOLINHO DE MANDIOCA COM FRANGO<br>ABACAXI                                                                                                       | ARROZ<br>FEIJOADA (feijão preto, isca de pernil)<br>CENOURA COZIDA<br>MOSTARDA REFOGADA                                                  | DOCINHO DE BANANA<br>(Banana, leite em pó, cacau) | MILKSHAKE DE MORANGO (Leite, banana e morango)<br>BOLO DE CHOCOLATE (Farinha, ovo, cacau, açúcar, leite)<br>COM COBERTURA DE CACAU (Creme de leite e chocolate 50%)<br>UVA |
| SAB                                       | 10/10 |                   | SÁBADO                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                          |                                                   |                                                                                                                                                                            |
| DOM                                       | 11/10 |                   | DOMINGO                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                          |                                                   |                                                                                                                                                                            |
| SEG                                       | 12/10 | Recesso           |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                          |                                                   |                                                                                                                                                                            |
| TER                                       | 13/10 |                   |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                          |                                                   |                                                                                                                                                                            |
| Composição nutricional<br>(média semanal) |       |                   | Energia ( Kcal)                                                                                                                                                               | PTN (g)<br>10 a 15% do VET                                                                                                               | LIP (g)<br>15 a 30% do VET                        | CHO (g)<br>55 a 65% do VET                                                                                                                                                 |
| 4-5 anos                                  |       |                   | 964                                                                                                                                                                           | 34g (14%)                                                                                                                                | 34g (32%)                                         | 133g (55%)                                                                                                                                                                 |
| 6-10 anos                                 |       |                   | 1184                                                                                                                                                                          | 42g (14%)                                                                                                                                | 42g (32%)                                         | 164g (55%)                                                                                                                                                                 |
| 11-15 anos                                |       |                   | 1692                                                                                                                                                                          | 60g (14%)                                                                                                                                | 60g (32%)                                         | 234g (55%)                                                                                                                                                                 |

\* 07/10 - TEMPO INTEGRAL SERVIR BOLO SEM AÇÚCAR (ADOÇAR COM UVA PASSA).

\* Cardápio Sujeito a Alterações

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

  
Rita Clara Sousa Salgueiro  
Nutricionista  
CRN 26238/P

  
Andreia Cristina Oliveira  
Nutricionista  
CRN 7466

  
Kariney Romênia Silva  
Nutricionista  
CRN 26829/P

  
Edson Figueira  
Nutricionista  
CRN 14117

  
Lúcia Helena M. Ladeira  
Nutricionista  
CRN 1021

  
Marilene Gonçalves Costa  
Nutricionista  
CRN - B 14 25536

  
Mariana Vaz Silva  
Nutricionista  
CRN 30158

  
Michèle C. de Azevedo  
Nutricionista  
CRN - AM 2293

  
Natália A. Cândido  
Nutricionista  
CRN - MG 8858

  
Soraia Rêgo Soares  
Nutricionista  
CRN - RJ 1414