SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA

CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS

ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - OUTUBRO/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 (11:30/12:30)	SOBREMESA/ LANCHE 6º HORÁRIO (11:20)	LANCHE TARDE (15:00)
ENTREGA DO HORTI/CARNE						
QUA	14/10					
QUI	15/10			Recesso		
SEX	16/10					
SAB	17/10		SÁBADO			
DOM	18/10		DOMINGO			
SEG	19/10	LEITE	**LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA** **BOLO DE CHOCOLATE** (Farinha, leite, óleo, ovos, cacau 100%, uva passa)	**ARROZ + FEIJÃO** **ISCA SUÍNA ACEBOLADA** **FAROFA RICA** (Farinha, ovos, cenoura, vagem) **VINAGRETE** (Tomate, cebola, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde)		**SUCO DE INTEGRAL DE UVA** **BOLINHO DE ARROZ** (Arroz, ovo, chia, frango, polvilho)
TER	20/10	LEITE	**VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100%** **PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO** (Leite, limão, manteiga e sal)	**ARROZ + FEIJÃO** **MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO** (Espaguete, cubos de frango desfiado, molho de tomate, cebola, cenoura, cheiro verde) **REPOLHO REFOGADO**	**BANANINHA**	**LEITE SABORIZADO COM CANELA** **PÃO COM MANTEIGA**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	CHO (g) 55 a 65% do VET
4-5 anos	899	35g (14%)	29g (29%)	127g (56%)
6-10 anos	1104	39g (14%)	35g (29%)	156g (56%)
11-15 anos	1577	56g (14%)	50g (29%)	222g (56%)

** Cardápio Sujeito a Alterações*

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

Fabiana Santos Claudio Nutricionista CRN9 36223

Kelen Fonseca Nutricionista CRN9: 14117

Lívia Tavares M. Ludgero Nutricionista CRN9 - 10670

Maria Eduarda Dieguez Assis Nutricionista CRN 9 33954

Mariana Vaz Silva Nutricionista CRN9 30158

Michelle C. de Araújo CRN – MG 2293

Naiara A. Cândido CRN – MG 8858

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA

CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS

ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - OUTUBRO/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)
ENTREGA DO HORTI/CARNE						
QUA	21/10	LEITE	**SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ** **NUGGETS DA ALESSANDRA** (Frango, batata, cebola, ovo, maisena)	**ARROZ** **FEIJÃO TROPEIRO** (feijão, isca de pernil, ovos, farinha) **CENOURA COZIDA** **MOSTARDA REFOGADA**		**SUCO DE MANGA** **BOLINHA DE CARNE NUTRITIVA** (carne moída, cenoura, ovo, aveia, linhaça, chia)
QUI	22/10	LEITE	**VITAMINA DE CHOCOLATE** (Leite, banana e cacau 100%) **PÃO COM MANTEIGA**	**ARROZ + FEIJÃO** **PEIXE CROCANTE** (Tilápia, ovo, farinha de trigo, fubá) **CREME DE MILHO** (Milho verde lata, leite, manteiga, cebola) **ALFACE COM TOMATE EM CUBOS**		**IOGURTE NATURAL COM MEL+ MANGA PICADA** **PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO** (Leite, limão, manteiga e sal)
SEX	23/10	LEITE	**VITAMINA DE MANGA** **BOLINHA DE BATATA** (Batata, ovo, polvilho azedo, óleo, sal e orégano) **MELÃO**	**ARROZ + FEIJÃO** **CUBOS DE FRANGO AO MOLHO DE TOMATE COM CHUCHU** **ALFACE + BETERRABA RALADA**		**VITAMINA DE CHOCOLATE** (Leite, banana e cacau 100%) **ROSQUINHA DA JOSI** (Farinha de trigo, óleo, leite, ovo, uva passa, fermento) **MANGA**
SAB	24/10		**SÁBADO**			
DOM	25/10		**DOMINGO**			
SEG	26/10	LEITE	**SUCO INTEGRAL DE UVA (caixinha)** **COXINHA NUTRITIVA** (Frango desfiado, requeijão caseiro, aveia)	**ARROZ + FEIJÃO** **CUBOS DE FRANGO AO MOLHO** (Polpa de tomate, cebola e cenoura ralada) **VIRADO DE VAGEM** (Vagem, farinha de milho e ovo) **COUVE REFOGADA**		**SUCO DE MANGA** **PIPOCA** **BANANA**
TER	27/10	LEITE	**IOGURTE NATURAL COM MEL + GELEIA DE MANGA** (Manga, maçã e limão) **PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO** (Leite, limão, manteiga e sal)	**ARROZ + FEIJÃO VERMELHO** **CUBOS SUÍNOS COM MORANGA** **REPOLHO REFOGADO**		**LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA** **TORRADA COM MANTEIGA** **MELANCIA**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	CHO (g) 55 a 65% do VET
4-5 anos	899	34g (15%)	31g (30%)	123g (55%)
6-10 anos	1104	42g (15%)	39g (30%)	151g (55%)
11-15 anos	1577	60g (15%)	55g (30%)	215g (55%)

** Cardápio Sujeito a Alterações*

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

Fabiana Santos Claudio Nutricionista CRN9 36223

Kelen Fonseca Nutricionista CRN9: 14117

Lívia Nazaré M. Ludgero Nutricionista CRN9 - 10670

Maria Eduarda Dieguez Assis Nutricionista CRN 9 33954

Mariana Vaz Silva Nutricionista CRN9 30158

Michelle C. de Araújo CRN – MG 2293

Naiara A. Cândido CRN – MG 8858

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA
CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS
ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - OUTUBRO/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)
ENTREGA DO HORTI/CARNE						
QUA	28/10	LEITE	**LEITE SABORIZADO COM CANELA** **BROA DE FUBÁ** (Ovo, óleo, leite, farinha, fubá, uva passa, fermento) **MELANCIA**	**ARROZ + FEIJÃO** **MACARRÃO À BERINHESA** (Parafuso, molho de tomate, CUBOS DE FRANGO e berinjela) **ALFACE COM TOMATE RODELA**		**SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ** **QUIBE ASSADO DE FRANGO** (Trigo, FRANGO, cebola, hortelã, cheiro verde)
QUI	29/10	LEITE	**VITAMINA DE MANGA** **PÃO COM MANTEIGA** **BANANA**	**ARROZ + FEIJÃO** **COXA DE FRANGO ASSADA** **ANGU** **QUIABO** **ALMEIRÃO REFOGADO**	**BANANINHA**	**VITAMINA DE CHOCOLATE** (Leite, banana e cacau 100%) **PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO** (Leite, limão, manteiga e sal)
SEX	30/10	**Recesso**				
SAB	31/10		**SÁBADO**			
DOM	1/11		**DOMINGO**			
SEG	2/11	**Recesso**				
TER	3/11	LEITE	**VITAMINA DE CHOCOLATE** (Leite, banana e cacau 100%) **PÃO COM MANTEIGA**	**ARROZ POPAYE (ESPINAFRE) + FEIJÃO** **ESTROGONOFE DE FRANGO** (Cubos de frango, inhame, molho de tomate, cebola, cogumelo skitake) **BATATA DOCE SAUTÊ** (Manteiga e orégano) **REPOLHO REFOGADO COM CENOURA RALADA**	**MELÃO**	**LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA** **PÃO COM REQUEIJÃO** (Leite, limão, manteiga e sal) **MELÃO**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	CHO (g) 55 a 65% do VET
4-5 anos	974	31g (13%)	28g (26%)	151g (62%)
6-10 anos	1196	39g (13%)	35g (26%)	186g (62%)
11-15 anos	1709	55g (13%)	49g (26%)	265g (62%)

** Cardápio Sujeito a Alterações*

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

Fabiana Santos Claudio Nutricionista CRN9 36223

Kelen Fonseca Nutricionista CRN9: 14117

Lívia Tavares M. Ludgero Nutricionista CRN9 - 10670

Maria Eduarda Dieguez Assis Nutricionista CRN 9 33954

Mariana Vaz Silva Nutricionista CRN9 30158

Michelle C. de Araújo CRN – MG 2293

Naiara A. Cândido CRN – MG 8858

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA
CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS
ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - NOVEMBRO/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)
ENTREGA DO HORTI/CARNE						
QUA	4/11	LEITE	**SUCO FANTA** (Laranja com cenoura) **CREPIOCA** (Tapioca, ovo, frango) **MAÇÃ**	**ARROZ + FEIJÃO VERMELHO** **CUBOS SUÍNOS COM GRÃO DE BICO E MANDIOCA** **ALFACE COM AGRIÃO**	MANGA	**VITAMINA DE CHOCOLATE** (Leite, banana e cacau 100%) **BOLO DE FARINHA DE ARROZ DA ROSE** (Farinha de arroz, leite, ovo, uva passa, óleo, fermento) **LARANJA**
QUI	5/11	LEITE	**IOGURTE NATURAL COM MEL + MANGA PICADA** **PÃO COM MANTEIGA**	**ARROZ + FEIJÃO** **PEIXE CROCANTE** (Tilápia, ovo, farinha de trigo, fubá) **CREME DE ESPINAFRE** (Espinafre, leite, manteiga, farinha de trigo) **ALFACE COM TOMATE**	BANANINHA	**LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA** **PÃO COM REQUEIJÃO** (Leite, limão, manteiga e sal) **MAMÃO**
SEX	6/11	LEITE	**SUCO ABACAXI COM HORTELÃ** **TORTA INTEGRAL DE FRANGO COM LEGUMES** (Farinha integral, aveia, CUBOS DE FRANGO DESFIADO, vagem, cenoura, milho LATA e serralha) **MAMÃO**	**ARROZ COM AÇAFRÃO + FEIJÃO** **COXA DE FRANGO ENSOPADA COM CHUCHU E QUIABO** **ANGU** **TAIOBA REFOGADA**	MELÃO	**SUCO DE MANGA** **BOLINHO DE ARROZ** (Arroz, ovo, chia, frango, polvilho) **MELANCIA**
SAB	7/11		SÁBADO			
DOM	8/11		DOMINGO			
SEG	9/11	LEITE	**VITAMINA DE MANGA** **BOLO DE TAPIOCA DA APARECIDA** (Ovo, leite, óleo, tapioca, amido de milho, fermento, uva passa) **MELANCIA**	**ARROZ** **FEIJÃO TROPEIRO** (feijão, isca de pernil, ovos, farinha) **MOSTARDA REFOGADA** **VINAGRETE** (Tomate, cebola, cenoura, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde)	LARANJA	**SUCO DE LARANJA** **COXINHA DE FRANGO NUTRITIVA** (Frango desfiado, requeijão caseiro, farinha de rosca) **MELÃO**
TER	10/11	LEITE	**LEITE SABORIZADO COM CANELA** **PÃO COM REQUEIJÃO** (Leite, limão, manteiga e sal) **MANGA**	**ARROZ COM AÇAFRÃO + FEIJÃO** **ESCONDIDINHO** (Mandioca, manteiga, leite, CUBOS DE FRANGO DESFIADO, cebola, tomate) **ACELGA REFOGADA**	MAMÃO	**VITAMINA DE CHOCOLATE** (Leite, banana e cacau 100%) **TORRADA COM MANTEIGA** **MAÇÃ**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	CHO (g) 55 a 65% do VET
4-5 anos	885	31g (14%)	29g (29%)	129g (58%)
6-10 anos	1086	39g (14%)	35g (29%)	159g (58%)
11-15 anos	1552	55g (14%)	50g (29%)	227g (58%)

** Cardápio Sujeito a Alterações*

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

Fabiana Santos Claudio Nutricionista CRN9 36223 | Kelen Fonseca Nutricionista CRN9: 14117 | Lívia Tavares M. Ludgero Nutricionista CRN9 - 10670 | Maria Eduarda Dieguez Assis Nutricionista CRN 9 33954 | Mariana Vaz Silva Nutricionista CRN9 30158 | Michelle C. de Araújo CRN – MG 2293 | Naiara A. Cândido CRN – MG 8858

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA

CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS

ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - NOVEMBRO/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)
ENTREGA DO HORTI/CARNE						
QUA	11/11	LEITE	**SUCO DO HULK** (Laranja com couve) **OVOS MEXIDOS** **BANANA**	**ARROZ** **CASSOULET** (Feijão branco, frango em cubos, milho verde, tomate em cubinhos) **CENOURA REFOGADA** **ALFACE COM AZEDINHA**	BANANINHA	**CAFÉ COM LEITE** (Leite, café e açúcar) **BOLO MESCLADO** (Farinha de trigo, ovo, leite, chocolate 50%, açúcar, fermento) **MANGA**
QUI	12/11	LEITE	**MILKSHAKE DE CHOCOLATE** (Leite congelado, aveia, cacau 100% e banana) **PÃO COM MANTEIGA** **MELANCIA**	**ARROZ + FEIJÃO** **PEIXE CROCANTE** (Tilápia, ovo, farinha de trigo, fubá) **MACARRÃO AO SUGO RICO** (Espaguete, extrato de tomate, cebola, beterraba, cenoura, cheiro verde, cogumelo shitake) **MIX DE FOLHAS** (Alface, agrião e rucula)	MELÃO	**LEITE SABORIZADO COM CANELA** **PÃO COM REQUEIJÃO** (Leite, limão, manteiga e sal) **MAÇÃ**
SEX	13/11	LEITE	**SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ** **QUIBE ASSADO** (Trigo, moída, cebola, hortelã, cheiro verde) **MAMÃO**	**ARROZ + FEIJÃO** **CUBO SUÍNO COM INHAME** **ALFACE COM TOMATE RODELA**	MANGA	**SUCO INTEGRAL DE TANGERINA (CAIXINHA 200ml)** **PIPOCA** **BANANA**
SÁB	14/11	LEITE	**LEITE SABORIZADO COM CANELA** **BOLO DE CHOCOLATE** (Farinha, leite, óleo, ovos, cacau em pó, uva passa) **MAÇÃ**	**ARROZ MINEIRO ESPECIAL** (Arroz, pernil, cebola, tomate, moranga, couve)	LARANJA	**SUCO INTEGRAL DE UVA** **OVOS MEXIDOS** **MELÃO**
DOM	15/11	**DOMINGO**				
SEG	16/11	LEITE	**LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA** **ROSQUINHA DA JOSI** (Farinha de trigo, óleo, leite, ovo, uva passa, fermento) **MELANCIA**	**ARROZ + FEIJÃO VERMELHO** **ISCA DE PERNIL** **VIRADO DE VAGEM** (Vagem, farinha de milho e ovo) **COUVE REFOGADA**	MAÇÃ	**SUCO DE LARANJA COM MELANCIA** **BOLINHO DE MANDIOCA COM FRANGO** **MANGA**
TER	17/11	LEITE	**VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100%** **PÃO COM MANTEIGA** **MELÃO**	**ARROZ + FEIJÃO PRETO** **CUBOS DE FRANGO COM CHUCHU** **REPOLHO REFOGADO COM CENOURA RALADA**	BANANINHA	**LEITE SABORIZADO COM CANELA** **PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO** (Leite, limão, manteiga e sal) **MAMÃO**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	CHO (g) 55 a 65% do VET
4-5 anos	870	33g (15%)	31g (30%)	122g (55%)
6-10 anos	1068	41g (15%)	39g (30%)	150g (55%)
11-15 anos	1526	58g (15%)	55g (30%)	214g (55%)

** Cardápio Sujeito a Alterações*

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

Fabiana Santos Claudio Nutricionista CRN9 36223

Kelen Fonseca Nutricionista CRN9: 14117

Lívia Lacerda M. Ludgero Nutricionista CRN9 - 10670

Maria Eduarda Dieguez Assis Nutricionista CRN 9 33954

Mariana Vaz Silva Nutricionista CRN9 30158

Michelle C. de Araújo CRN – MG 2293

Naiara A. Cândido CRN – MG 8858

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA

CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS

ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - NOVEMBRO/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)
ENTREGA DO HORTI/CARNE						
QUA	18/11	LEITE	**SUCO DE MANGA COM MARACUJÁ** **QUIBE ASSADO** (Trigo, moída, cebola, hortelã, cheiro verde) **MELANCIA**	**ARROZ + FEIJÃO PRETO** **COXA E SOBRECOXA DE FRANGO ENSOPADA** **MORANGA COM QUIABO** **BELDROEGA REFOGADA**	LARANJA	**SUCO DE LARANJA** **TORTA INTEGRAL DE ATUM COM LEGUMES** (Farinha integral, aveia, atum, cenoura e serralha) **MAÇÃ**
QUI	19/11	LEITE	**IOGURTE NATURAL COM MEL** **PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO** (Leite, limão, manteiga e sal) **BANANA**	**ARROZ + FEIJÃO** **PEIXE CROCANTE** (Tilápia, ovo, farinha de trigo, fubá) **PURÊ DE BATATA (Batata, manteiga e leite)** **MIX DE FOLHAS** (Alface, serralha e espinafre) **COM TOMATE EM CUBOS**	MELANCIA	**MILKSHAKE DE CHOCOLATE** (Leite congelado, aveia, cacau 100% e banana **PÃO COM MANTEIGA** **MAMÃO**
SEX	20/11	Feriado				
SAB	21/11		SÁBADO			
DOM	22/11		DOMINGO			
SEG	23/11	LEITE	**LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA** **BOLO DE CENOURA** (Cenoura, óleo, farinha de trigo, uva passa, fermento) **MELANCIA**	**ARROZ** **FEIJOADA** (Feijão preto, isca de pernil) **VINAGRETE** (Tomate, cebola, cenoura, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde) **COUVE COM MARIA GONDÓ REFOGADOS**	BANANA	**SUCO DE UVA INTEGRAL** **BOLINHO DE ARROZ** (Arroz, ovo, chia, frango, polvilho) **MANGA**
TER	24/11	LEITE	**VITAMINA DE MANGA** **PÃO COM MANTEIGA** **MAÇÃ**	**ARROZ + FEIJÃO** **CUBOS DE FRANGO AO MOLHO DE TOMATE** **FAROFA RICA** (Farinha, ovos, cenoura, vagem, repolho) **ACELGA COM AZEDINHA**	BANANINA	**VITAMINA DE CHOCOLATE** (Leite, banana, cacau 100%, uva passa e aveia) **PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO** (Leite, limão, manteiga e sal) **MAMÃO**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	CHO (g) 55 a 65% do VET
4-5 anos	852	32g (15%)	30g (30%)	116g (55%)
6-10 anos	1046	39g (15%)	37g (30%)	143g (55%)
11-15 anos	1494	56g (15%)	53g (30%)	204g (55%)

** Cardápio Sujeito a Alterações*

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

Fabiana Santos Claudio Nutricionista CRN9 36223

Kelen Fonseca Nutricionista CRN9: 14117

Lívia Tavares M. Ludgero Nutricionista CRN9 - 10670

Maria Eduarda Dieguez Assis Nutricionista CRN 9 33954

Mariana Vaz Silva Nutricionista CRN9 30158

Michelle C. de Araújo CRN – MG 2293

Naiara A. Cândido CRN – MG 8858

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA

CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS

ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - NOVEMBRO/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)
ENTREGA DO HORTI/CARNE						
QUA	25/11	LEITE	**SUCO DO HULK** (Laranja com couve) **PIPOCA** **BANANA**	**ARROZ + FEIJÃO** **PEIXE CROCANTE** (Tilápia, ovo, farinha de trigo, fubá) **BATATA SAUTÊ** (Manteiga e orégano) **ALFACE COM RÚCULA + TOMATE RODELA**	MELÃO	**SUCO DE MARACUJÁ COM MANGA** **BOLINHA DE FRANGO** (Frango, canjiquinha, farinha de trigo e tempero de alho) **MELANCIA**
QUI	26/11	LEITE	**VITAMINA DE CHOCOLATE** (Leite, banana, cacau 100%, uva passa e aveia) **PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO** (Leite, limão, manteiga e sal) **MELÃO**	**ARROZ + FEIJÃO PRETO** **COXA DE FRANGO ASSADA** **MACARRÃO AO SUGO RICO** (Parafuso, extrato de tomate, cebola, beterraba, cenoura, espinafre, cheiro verde e cogumelo shitake) **ALFACE COM AZEDINHA**	LARANJA	**IOGURTE NATURAL COM MEL** **PÃO COM MANTEIGA** **MAÇÃ**
SEX	27/11	LEITE	**SUCO INTEGRAL DE TANGERINA** **NUGGETS CASEIRO** (Frango, cenoura, ovo, chia, aveia) **MAMÃO**	**ARROZ + FEIJÃO** **CUBO DE FRANGO AO MOLHO DE TOMATE COM INHAME** **ALFACE + BETERRABA COZIDA**	MELANCIA	**SUCO DE ABACAXI E HORTELÃ** **OVOS MEXIDOS** **BANANA**
SAB	28/11		SÁBADO			
DOM	29/11		DOMINGO			
SEG	30/11	LEITE	**SUCO DE LARANJA COM MELANCIA** **AVEIOCA** (ovo com aveia) **BANANA**	**ARROZ + FEIJÃO VERMELHO** **ISCA DE PERNIL AO MOLHO DE TOMATE** **VIRADO DE ABOBRINHA** (Abobrinha, farinha de milho e ovo) **MOSTARDA REFOGADA**	MELANCIA	**SUCO INTEGRAL DE UVA** **BOLINHO DE MANDIOCA COM FRANGO DESFIADO** **MAMÃO**
TER	1/12	LEITE	**IOGURTE NATURALCOM MEL** **PÃO COM MANTEIGA** **MAMÃO**	**ARROZ + FEIJÃO** **PEIXE CROCANTE** (Tilápia, ovo, farinha de trigo, fubá) **BATATA SAUTÊ** (Batata, manteiga e orégano) **ACELGA + TOMATE RODELA**	LARANJA	**VITAMINA DE MANGA** **PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO** (Leite, limão, manteiga e sal) **MELÃO**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	CHO (g) 55 a 65% do VET
4-5 anos	879	37g (15%)	29g (29%)	126g (58%)
6-10 anos	1079	46g (15%)	35g (29%)	155g (58%)
11-15 anos	1542	65g (15%)	50g (29%)	221g (58%)

** Cardápio Sujeito a Alterações*

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

Fabiana Santos Claudio Nutricionista CRN9 38223

Kelen Fonseca Nutricionista CRN9: 14117

Lívia Ladeira M. Ludgero Nutricionista CRN9 - 10670

Maria Eduarda Dieguez Assis Nutricionista CRN 9 33954

Mariana Vaz Silva Nutricionista CRN9 30158

Michelle C. de Araújo CRN – MG 2293

Naiara A. Cândido CRN – MG 8858

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA

CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS

ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - DEZEMBRO/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)
ENTREGA DO HORTI/CARNE						
QUA	2/12	LEITE	**SUCO DO HULK** (laranja e azedinha) **QUIBE ASSADO DE FRANGO** (Trigo, CUBO DE FRANGO, cebola, hortelã, cheiro verde) **BANANA**	**ARROZ + FEIJÃO** **ISCA DE PERNIL COM CENOURA E ABOBRINHA** **RALADA** **ANGU** **MOSTARDA REFOGADA**	**MELÃO**	**VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100%** **BISCOITO DE POLVILHO** (Polvilho, óleo, leite, ovos) **MELANCIA**
QUI	3/12	LEITE	**VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100%** **PÃO COM MANTEIGA** **MELÃO**	**ARROZ + FEIJÃO** **COXA DE FRANGO ASSADA** **LEGUMES SAUTÊ** (Batata, cenoura e chuchu) **ALFACE E TOMATE RODELA**	**BANANINHA**	**LEITE SABORIZADO COM CANELA** **PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO** (Leite, limão, manteiga e sal) **MAMÃO**
SEX	4/12	LEITE	**SUCO DE MANGA** **COXINHA NUTRITIVA** (Frango desfiado, requeijão caseiro, aveia) **MAÇÃ**	**ARROZ + FEIJÃO** **CUBOS DE PERNIL COM MANDIOCA** **COUVE REFOGADA**	**LARANJA**	**SUCO DE ABACAXI COM LARANJA** **OVOS MEXIDOS** **BANANA**
SAB	5/12		**SÁBADO**			
DOM	6/12		**DOMINGO**			
SEG	7/12	LEITE	**LEITE SABORIZADO COM CANELA** **BOLO MESCLADO** (Farinha de trigo, ovo, leite, chocolate 100%, uva passa, fermento) **MANGA**	**ARROZ MINEIRO ESPECIAL** (Arroz, pernil, cebola, tomate, moranga, couve)	**LARANJA**	**SUCO DE MANGA** **BOLINHO DE MANDIOCA COM FRANGO** **MAÇÃ**
TER	8/12		**Recesso**			

Composição nutricional (média semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	CHO (g) 55 a 65% do VET
4-5 anos	869	35g (16%)	26g (27%)	131g (60%)
6-10 anos	1067	43g (16%)	32g (27%)	161g (60%)
11-15 anos	1524	62g (16%)	45g (27%)	230g (60%)

** Cardápio Sujeito a Alterações*

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

Fabiana Santos Claudio Nutricionista CRN9 36223

Kelen Fonseca Nutricionista CRN9: 14117

Lívia Tavares M. Ludgero Nutricionista CRN9 - 10670

Maria Eduarda Dieguez Assis Nutricionista CRN 9 33954

Mariana Vaz Silva Nutricionista CRN9 30158

Michelle C. de Araújo CRN – MG 2293

Naiara A. Cândido CRN – MG 8858

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA

CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS

ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - DEZEMBRO/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)
ENTREGA DO HORTI/CARNE						
QUA	9/12	LEITE	**SUCO DE LARANJA** **NUGGETS DA ALESSANDRA** (Frango, batata, cebola, ovo, maisena) **MELANCIA**	**FEIJÃO TROPEIRO** (feijão, isca de pernil, ovos, farinha, couve)	MANGA	**LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA** **BOLINHA DE BATATA** (Batata, ovo, polvilho azedo, óleo, sal e orégano) **MAMÃO**
QUI	10/12	LEITE	**LEITE SABORIZADO COM CANELA** **PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO** (Leite, limão, manteiga e sal) **MAÇÃ**	**MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO** (Parafuso, molho de tomate, CUBO DE FRANGO DESFIADO, abobrinha ralada, manjericão)	BANANINHA	**CHOCOLATE QUENTE** (Leite, cacau 70%, açúcar) **PÃO COM MANTEIGA** **MELÃO**
SEX	11/12	LEITE	**SUCO DE MANGA** **OVOS MEXIDOS** **MAMÃO**	**BAIÃO DE DOIS** (Arroz, feijão vermelho, cubos de pernil, couve) **VINAGRETE** (Tomate, cebola, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde)	MAÇÃ	**COQUETEL DE FRUTAS AMARELAS** (Maracujá, manga e laranja) **PIPOCA** **BANANA**
SAB	12/12		SÁBADO			
DOM	13/12		DOMINGO			
SEG	14/12	LEITE	**SUCO DE LARANJA** **BOLINHO DE MANDIOCA COM FRANGO** **MANGA**	**GALINHADA** (Arroz,cubos de frango, cenoura, milho verde lata, couve)	MELANCIA	**SUCO DE MARACUJÁ COM MANGA** **OVOS MEXIDOS** **MAÇÃ**
TER	15/12	LEITE	**VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100%** **PÃO COM MANTEIGA** **MELÃO**	**MACARRONADA**(Espaguete, molho de tomate,pernil desfiado, abobrinha ralada, couve)	MANGA	**LEITE SABORIZADO COM CANELA** **PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO** (Leite, limão, manteiga e sal) **MELANCIA**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	CHO (g) 55 a 65% do VET
4-5 anos	910	35g (15%)	25g (25%)	141g (62%)
6-10 anos	1118	43g (15%)	31g (25%)	174g (62%)
11-15 anos	1597	62g (15%)	44g (25%)	248g (62%)

** Cardápio Sujeito a Alterações*

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

Fabiana Santos Claudio Nutricionista CRN9 36223

Kelen Fonseca Nutricionista CRN9: 14117

Lívia Tavares M. Ludgero Nutricionista CRN9 - 10670

Maria Eduarda Dieguez Assis Nutricionista CRN 9 33954

Mariana Vaz Silva Nutricionista CRN9 30158

Michelle C. de Araújo CRN – MG 2293

Naiara A. Cândido CRN – MG 8858

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA

CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS

ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - DEZEMBRO/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)
ENTREGA DO HORTI/CARNE						
QUA	**16/12**	**LEITE**	**CHOCOLATE QUENTE** (Leite, cacau 70%, açúcar) **BOLINHA DE BATATA** (Batata, ovo, polvilho azedo, óleo, sal e orégano) **MAMÃO**	**BAIÃO DE DOIS** (Arroz, feijão vermelho, cubos de pernil, couve)	**BANANINHA**	**SUCO DE MANGA** **COXINHA NUTRITIVA** (Frango desfiado, requeijão caseiro, aveia) **MAÇÃ**
QUI	**17/12**	**LEITE**	**LEITE SABORIZADO COM CANELA** **PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO** (Leite, limão, manteiga e sal) **MELANCIA**	**FEIJÃO TROPEIRO** (feijão, isca de pernil, ovos, farinha, couve)	**MAMÃO**	**VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100%** **PÃO COM MANTEIGA** **MELÃO**
SEX	**18/12**	**Férias**				
SAB	**19/12**					
DOM	**20/12**					
SEG	**21/12**					
TER	**22/12**					

Composição nutricional (média semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	CHO (g) 55 a 65% do VET
4-5 anos	861	36g (16%)	25g (26%)	124g (58%)
6-10 anos	1058	45g (16%)	30g (26%)	153g (58%)
11-15 anos	1511	64g (16%)	43g (26%)	218g (58%)

** Cardápio Sujeito a Alterações*

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

Fabiana Santos Claudio Nutricionista CRN9 36223

Kelen Fonseca Nutricionista CRN9: 14117

Lívia Tavares M. Ludgero Nutricionista CRN9 - 10670

Maria Eduarda Dieguez Assis Nutricionista CRN 9 33954

Mariana Vaz Silva Nutricionista CRN9 30158

Michelle C. de Araújo CRN – MG 2293

Naiara A. Cândido CRN – MG 8858