

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA
CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS
ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - NOVEMBRO/2025 - 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	5/11	LEITE	SUCO DE ABACAXI E HORTELÃ TORTA INTEGRAL DE ATUM COM LEGUMES (Farinha integral, aveia, atum, cenoura e serralha) MELANCIA	ARROZ + FEIJÃO MOQUECA DE PEIXE (Tilápia, cebola, pimentão, tomate, leite de coco) MIX DE FOLHAS (Alface, agrião e rúcula)	BANANA	LEITE SABORIZADO COM CANELA BISCOITO DE POLVILHO (Polvilho, óleo, leite, ovos) MAÇÃ
QUI	6/11	LEITE	LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA PÃO COM MANTEIGA MELÃO	ARROZ + FEIJÃO ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA COM ALHO PORÓ ALMEIRÃO E TOMATE EM CUBOS	MAÇÃ	CHOCOLATE QUENTE (Leite, cacau 70%, açúcar) PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, limão, manteiga e sal) MAMÃO
SEX	7/11	LEITE	SUCO DE LARANJA CREPIOCA (Tapioca, ovo, frango) MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO CUBOS BOVINOS COM INHAME MIX DE FOLHAS (Alface, azedinha, espinafre, hortelã)	MELÃO	SUCO DE UVA INTEGRAL QUIBE ASSADO (Trigo, moída, cebola, hortelã, cheiro verde) BANANA
SAB	8/11	SÁBADO				
DOM	9/11	DOMINGO				
SEG	10/11	LEITE	LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA BOLO DE CHOCOLATE (Farinha, leite, óleo, ovos, cacau em pó, uva passa) MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO ISCA SUÍNA ACEBOLADA FAROFÁ RICA (Farinha, ovos, cenoura, vagem, carne moída) SALADA DE COUVE CHINESA	MELANCIA	SUCO DE MELANCIA BOLINHO DE ARROZ (Arroz, ovo, chia, frango, polvilho) MELÃO
TER	11/11	LEITE	VITAMINA DE BANANA E AVEIA PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, limão, manteiga e sal) MELÃO	ARROZ + FEIJÃO MACARRÃO A BOLONHESA RICO (Moída, molho de tomate, cebola, beterraba, cenoura, cheiro verde) REPOLHO REFOGADO	BANANINHA	LEITE SABORIZADO COM CANELA PÃO 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	940	34g (15%)	27g (26%)
			6-10 anos	1154	41g (15%)	34g (26%)
			11-15 anos	1649	59g (15%)	48g (26%)
						143g (61%)
						176g (61%)
						251g (61%)

* 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 - NOVEMBRO/2025 - 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	12/11	LEITE	SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ NUGGETS DA ALESSANDRA (Frango, batata, cebola, ovo, maisena) MELANCIA	ARROZ TUTU DE FEIJÃO (feijão, isca de boi, pernil, ovos, farinha) VINAGRETE (Tomate, cebola, cenoura, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde) COUVE REFOGADA	MAMÃO	SUCO DE MELÃO COM MORANGO BOLINHA DE CARNE NUTRITIVA (carne moída, cenoura, ovo, aveia, linhaça, chia) BANANA
QUI	13/11	LEITE	VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100% E AVEIA PÃO COM MANTEIGA MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO PEIXE CROCANTE BATATA SAUTÊ (Batata, manteiga, orégano) ALFACE COM TOMATE EM CUBOS	MEL	LEITE SABORIZADO COM CANELA PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, limão, manteiga e sal) MANGA
SEX	14/11	LEITE	VITAMINA DE MAMÃO COM MAÇÃ BOLINHA DE BATATA (Batata, ovo, polvilho azedo, óleo, sal e orégano) PÊRA	ARROZ + FEIJÃO CUBOS BOVINOS AO MOLHO DE TOMATE COM CHUCHU ALFACE + BETERRABA RALADA	MAÇÃ	VITAMINA DE FRUTAS (Leite, banana, mamão, maçã) ROSQUINHA DA JOSI (Farinha de trigo, óleo, leite, ovo, uva passa, fermento) MELANCIA
SAB	15/11	SÁBADO				
DOM	16/11	DOMINGO				
SEG	17/11	LEITE	SUCO DE MELÃO COM MORANGO COXINHA NUTRITIVA (Frango desfiado, requeijão caseiro, aveia) MAMÃO	ARROZ + FEIJÃO ISCA BOVINA AO MOLHO (Extrato de tomate e cenoura ralada) VIRADO DE VAGEM (Vagem, farinha de milho e ovo) TAIOBA REFOGADA	MAÇÃ	SUCO DE MANGA PIPOCA BANANA
TER	18/11	LEITE	VITAMINA DE MANGA PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, limão, manteiga e sal) MELÃO	ARROZ + FEIJÃO VERMELHO CUBOS SUÍNOS COM MORANGA REPOLHO REFOGADO	BANANA	LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA PÃO 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			914	35g (15%)	28g (28%)	135g (59%)
6-10 anos			1122	43g (15%)	34g (28%)	166g (59%)
11-15 anos			1603	61g (15%)	49g (28%)	237g (59%)

* 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 - NOVEMBRO/2025 - 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	19/11	LEITE	LEITE SABORIZADO COM CANELA BROA DE FUBÁ (Ovo, óleo, leite, farinha, fubá, açúcar, fermento) MAMÃO	ARROZ + FEIJÃO MACARRÃO À BERINHESA (Molho de tomate, carne moída e berinjela) ALFACE COM TOMATE RODELA	MELÃO	SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ QUIBE ASSADO (Trigo, moída, cebola, hortelã, cheiro verde) MAÇÃ
QUI	20/11	Feriado				
SEX	21/11	LEITE	SUCO DE MELANCIA COM ÁGUA DE COCO BOLINHA DE CARNE NUTRITIVA (carne moída, cenoura, ovo, aveia, linhaça, chia) BANANA	ARROZ + FEIJÃO ISCA DE FRANGO ACEBOLADA ANGU QUIABO COUVE REFOGADA	ABACAXI	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA BOLINHA DE BATATA (Batata, ovo, polvilho azedo, óleo, sal e orégano) MELÃO
SAB	22/11	SÁBADO				
DOM	23/11	DOMINGO				
SEG	24/11	LEITE	VITAMINA DE ABACATE COM LEITE EM PÓ BISCOITO DE POLVILHO (Polvilho, ovos, leite, óleo, batata) MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO RICO (Cenoura, beterraba e molho de tomate) REPOLHO REFOGADO TOMATE EM CUBOS	MELÃO	SUCO DE MARACUJÁ COM MANGA BOLINHA DE FRANGO (Frango, canjiquinha, farinha de trigo e tempero de alho) MAMÃO
TER	25/11	LEITE	LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA PÃO COM MANTEIGA MELANCIA	ARROZ POPAYE (ESPINAFRE) + FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO (Frango, inhame, molho de tomate, cebola) BATATA DOCE SAUTÊ (Manteiga e orégano) ACELGA COM CENOURA RALADA	MAÇÃ	VITAMINA DE FRUTAS COM AVEIA (Leite, banana, mamão e maçã) 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			993	39g (15%)	32g (30%)	140g (56%)
6-10 anos			1219	48g (15%)	40g (30%)	172g (56%)
11-15 anos			1742	68g (15%)	57g (30%)	245g (56%)

* 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 - NOVEMBRO E DEZEMBRO/2025 - 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	26/11	LEITE	SUCO INTEGRAL DE UVA CREPIOCA (Tapioca, ovo, frango) MELÃO	ARROZ + FEIJÃO VERMELHO CUBOS BOVINOS COM GRÃO DE BICO E MANDIOQUINHA ALFACE COM AGRÃO	MANGA	LEITE SABORIZADO COM CANELA PÃO CASEIRO (Farinha de trigo, óleo, sal e fermento biológico) PÉRA
QUI	27/11	LEITE	VITAMINA COM FRUTAS AMARELAS (Leite, manga e mamão) PÃO COM MANTEIGA MAÇÃ	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	28/11	LEITE	SUCO ABACAXI COM HORTELÃ TORTA INTEGRAL DE ATUM COM LEGUMES (Farinha integral, aveia, atum, cenoura e serralha) PÉRA	ARROZ COM AÇAFRÃO + FEIJÃO FRANGO ENSOPADO COM CHUCHU E QUIABO ANGU COUVE REFOGADA	MELÃO	SUCO DE MANGA BOLINHO DE ARROZ (Arroz, ovo, chia, frango, polvilho) MELANCIA
SAB	29/11	LEITE	SUCO DE MANGA COM MARACUJA PIPOCA BANANA	MACARRÃO COM LEGUMES (Espaguete, carne moída, abobrinha, cenoura, tomate, cebola e espinafre)	MANGA	SUCO INTEGRAL DE UVA QUIBE DE CARNE COM LINHAÇA, CENOURA ABOBRINHA (Trigo, moída, cebola, hortelã, cheiro verde, cenoura, abobrinha e linhaça) MAÇÃ
DOM	30/11	DOMINGO				
SEG	1/12	LEITE	VITAMINA DE MANGA BOLO DE TAPIOCA DA APARECIDA (Ovo, leite, óleo, tapioca, amido de milho, fermento, uva passa) SALADA DE FRUTAS (Banana, mamão, maçã, abacaxi)	ARROZ TUTU DE FEIJÃO (feijão, isca de boi, pernil, ovos, farinha) MOSTARDA REFOGADA VINAGRETE (Tomate, cebola, cenoura, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde)	MELÃO	SUCO DE ABACAXI COM AZEDINHA TORTA INTEGRAL DE ATUM COM LEGUMES (Farinha integral, aveia, atum, cenoura e serralha) MELANCIA
TER	2/12	LEITE	VITAMINA DE FRUTAS (Leite, banana e mamão) TORRADA COM MANTEIGA PÉRA	ARROZ COM AÇAFRÃO + FEIJÃO ISCA DE FRANGO AO MOLHO DE TOMATE PURÊ DE BATATA ACELGA REFOGADA	MAMÃO	LEITE SABORIZADO COM CANELA PÃO 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
			939	35g (15%)	28g (27%)	143g (61%)
			1153	43g (15%)	34g (27%)	176g (61%)
			1648	62g (15%)	49g (27%)	251g (61%)

* 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 - NOVEMBRO E DEZEMBRO/2025 - 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	10/12	LEITE	SUCO DE MANGA COM MARACUJÁ QUIBE ASSADO (Trigo, moída, cebola, hortelã, cheiro verde) MELÃO	ARROZ + FEIJÃO ESTROGONOFE DE TILÁPIA (Tilápia, molho de tomate, inhame, alho, limão) PURÊ DE BATATA (Batata, manteiga e leite) MIX DE FOLHAS (Alface, serralha e espinafre)	MAMÃO	SUCO DE LARANJA TORTA INTEGRAL DE ATUM COM LEGUMES (Farinha integral, aveia, atum, cenoura e serralha) MAÇÃ
QUI	11/12	LEITE	VITAMINA DE MANGA COM MAMÃO PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, limão, manteiga e sal) BANANA	ARROZ + FEIJÃO PRETO COXA E SOBRECOXA DE FRANGO ASSADAS CHUCHU REFOGADO COM CHEIRO VERDE BELDROEGA REFOGADA	MELÃO	LEITE SABORIZADO COM CANELA PÃO COM MANTEIGA PÊRA
SEX	12/12	LEITE	SUCO DE MELÃO COM HORTELÃ OVOS MEXIDOS MANGA	ARROZ + FEIJÃO CUBOS BOVINOS COM MORANGA ALFACE E AZEDINHA	ABACAXI	MILKSHAKE DE CHOCOLATE (Leite congelado, aveia, cacau 100% e banana) BISCOITO DE FARINHA DE MILHO (Farinha de milho, polvilho, óleo, leite, ovos, batata) MANGA
SAB	13/12	SÁBADO				
DOM	14/12	DOMINGO				
SEG	15/12	LEITE	LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA BOLO DE CENOURA (Cenoura, óleo, farinha de trigo, açúcar, fermento) MELANCIA	ARROZ FEIJOADA (Feijão preto, isca de pernil e isca de boi) VINAGRETE (Tomate, cebola, cenoura, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde) COUVE COM MARIA GONDÓ REFOGADOS	MAÇÃ	SUCO DE UVA INTEGRAL BOLINHO DE ARROZ (Arroz, ovo, chia, frango, polvilho) MANGA
TER	16/12	LEITE	VITAMINA DE MANGA PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, limão, manteiga e sal) MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO ISCA DE FRANGO ACEBOLADA FAROFÁ RICA (Farinha, ovos, cenoura, vagem, repolho) ACELGA COM AZEDINHA	BANANINA	VITAMINA DE CHOCOLATE (Leite, banana, cacau 100%, uva passa e aveia) PÃO COM MANTEIGA ABACAXI
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			863	32g (15%)	29g (30%)	127g (59%)
6-10 anos			1060	39g (15%)	35g (30%)	155g (59%)
11-15 anos			1514	56g (15%)	50g (30%)	222g (59%)

* 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 - NOVEMBRO E DEZEMBRO/2025 - 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	17/12	LEITE	SUCO DE UVA INTEGRAL PIPOCA BANANA	MACARRÃO COM LEGUMES (Parafuso, carne moída, molho de tomate, cenoura)	MELANCIA	SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ OVOS MEXIDOS MELÃO
QUI	18/12	Recesso				
SEX	19/12					
SAB	20/12					
DOM	21/12					
SEG	22/12					
TER	23/12					
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		854		32g (15%)	26g (28%)	125g (59%)
6-10 anos		1049		39g (15%)	32g (28%)	153g (59%)
11-15 anos		1499		56g (15%)	46g (28%)	219g (59%)

* Cardápio Sujeito a Alterações

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR