

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA
CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS
ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - SETEMBRO E OUTUBRO/2025 - REGIONAL
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	10/9	LEITE	CHOCOLATE QUENTE (Leite, cacau 70%, açúcar) PÃO COM MANTEIGA BANANA	ARROZ + FEIJÃO FRANGO ASSADO CREME DE MILHO (Milho verde lata, leite, manteiga, cebola) ALFACE E TOMATE RODELA	MELÃO	SUCO DE MARACUJÁ COM MANGA PÃO COM MOLHO RICO (Carne desfiada, tomate, cebola, beterraba, cenoura, cheiro verde) MAÇÃ
QUI	11/9	LEITE	SUCO DO HULK (laranja e azedinha) QUIBE ASSADO (Trigo, moída, cebola, hortelã, cheiro verde) MELÃO	ARROZ + FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA E ABOBRINHA ANGU MOSTARDA REFOGADA	BANANA	VITAMINA DE BANANA NANICA COM CACAU 100% BISCOITO DE POLVILHO (Polvilho, óleo, leite, ovos) MAMÃO
SEX	12/9	LEITE	SUCO DE MANGA COXINHA NUTRITIVA (Frango desfiado, requeijão caseiro, aveia) MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO CUBOS BOVINOS COM MANDIOQUINHA ALFACE COM SERRALHA	MELANCIA	SUCO DE ABACAXI COM LARANJA BOLINHA DE CARNE NUTRITIVA (carne moída, cenoura, ovo, aveia, linhaça, chia) BANANA
SAB	13/9		SÁBADO			
DOM	14/9		DOMINGO			
SEG	15/9	LEITE	SUCO DE MARACUJÁ COM MANGA PÃO COM MOLHO RICO (Carne desfiada, tomate, cebola, beterraba, cenoura, cheiro verde) MAMÃO	ARROZ + FEIJÃO ESCONDIDINHO DE CARNE MOÍDA COM BATATA ACELGA E CENOURA RALADA	MELANCIA	VITAMINA DE BANANA PÃO COM MANTEIGA MAÇÃ
TER	16/9	LEITE	VITAMINA DE FRUTAS (Leite, banana e mamão) BOLO DE AMENDOIM SEM AÇÚCAR (Banana, ovo, farinha de trigo, amendoim, manteiga) MELÃO	ARROZ + FEIJÃO PRETO ISCAS SUÍNAS ACEBOLADAS VIRADO DE COUVE (Couve, farinha de milho e ovo) TOMATE EM CUBOS	MAMÃO	SUCO DE LARANJA BOLINHO DE MANDIOCA COM FRANGO LARANJA
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			887	35g (16%)	27g (27%)	129g (58%)
6-10 anos			1089	43g (15%)	33g (27%)	159g (58%)
11-15 anos			1556	62g (15%)	47g (27%)	227g (58%)

* Cardápio Sujeito a Alterações

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR


Ana Cláudia Souza Saldanha
Nutricionista
CRN 26228P


Andreia Oliveira Oliveira
Nutricionista
CRN 1449


Karoline Aparecida Silva
Nutricionista
CRN 28828


Edna Fátima Sacramento
Nutricionista
CRN 1417


Lívia de S. H. Lourenço
Nutricionista
CRN 1028


Marilene Gonçalves Galvão
Nutricionista
CRN 9 1º 2058


Mariana Vilela Silva
Nutricionista
CRN 30158


Mariana C. de A. Araújo
CRN - MG 2083


Natália A. Cândido
CRN - MG 8858


Sara C. Ribeiro Senzani
Nutricionista
CRN 124

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA
CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS
ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - SETEMBRO E OUTUBRO/2025 - REGIONAL
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	17/9	LEITE	SUCO DE MANGA PÃO COM CARNE MOÍDA AO MOLHO (Cebola, tomate, beterraba, cenoura, espinafre) MELANCIA	ARROZ TUTU DE FEIJÃO (feijão, isca de boi, pernil, ovos, farinha) VINAGRETE (Tomate, cebola, cenoura, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde) COUVE REFOGADA	LARANJA	CHOCOLATE QUENTE (Leite, cacau 70%, açúcar) PÃO COM MANTEIGA MAÇÃ
QUI	18/9	LEITE	SUCO DE LARANJA COM AZEDINHA NUGGETS CASEIRO (Frango, cenoura, ovo, chia, aveia) MAÇÃ	ARROZ COM BRÓCOLIS + FEIJÃO PEIXE CROCANTE MACARRÃO AO SUGO (Parafuso, molho de tomate, manjericão) ALFACE + BETERRABA RALADA	BANANA	VITAMINA DE BANANA COM MORANGO BOLINHA DE BATATA (Batata, ovo, polvilho azedo, óleo, sal e orégano) MELÃO
SEX	19/9	LEITE	SUCO DE ABACAXI COM MORANGO BOLINHA DE CARNE NUTRITIVA (carne moída, cenoura, ovo, aveia, linhaça, chia) MAMÃO	ARROZ + FEIJÃO VERMELHO CANJIQUEINHA COM LEGUMES (Canjiquinha, cubo de frango, moranga, cebola e tomate) TÁIOBA REFOGADA	KIWI	COQUETEL DE FRUTAS AMARELAS (Maracujá, manga e laranja) PIPOCA MELANCIA
SAB	20/9	SÁBADO				
DOM	21/9	DOMINGO				
SEG	22/9	LEITE	VITAMINA DE MANGA PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, limão, manteiga e sal) MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO CUBOS BOVINOS COM GRÃO DE BICO E LEGUMES (Cubo bovino, grão de bico, moranga, chuchu, tomate) REPOLHO REFOGADO	MELANCIA	SUCO INTEGRAL DE TANGERINA SANDUÍCHE (Pão, requeijão, isca de frango, cenoura ralada, tomate, alface) PERA
TER	23/9	LEITE	SUCO DE LARANJA BOLINHO DE MANDIOCA COM FRANGO PERA	ARROZ + FEIJÃO VERMELHO CUBO DE PERNIL AO MOLHO DE TOMATE VIRADO DE VAGEM (Vagem, farinha de milho e ovo) SALADA DE ACELGA	LARANJA	COQUETEL DE FRUTAS (suco de laranja, banana e mamão) BOLINHA DE CARNE NUTRITIVA (carne moída, cenoura, ovo, aveia, linhaça, chia) 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	820	34g (16%)	26g (29%)
			6-10 anos	1007	41g (16%)	32g (29%)
			11-15 anos	1439	59g (16%)	46g (29%)

* Cardápio Sujeito a Alterações

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR


Sora Costa de Almeida
Nutricionista
CRN 30123P


Andreia Medeiros Oliveira
Nutricionista
CRN 1165P


Zanete Daniela Siqueira
Nutricionista
CRN 2880P


Edin Frazão
Nutricionista
CRN 1417


Liana Maria de Araújo
Nutricionista
CRN 1021


Marilene R. Gonçalves Costa
Nutricionista
CRN-9 Nº 2856


Mariana Vitor Silva
Nutricionista
CRN9 3015B


Monique C. de Araújo
Nutricionista
CRN - MG 2293


Natália A. Cândido
Nutricionista
CRN - MG 8858


Sora Costa de Almeida
Nutricionista
CRN 30123P

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA
CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS
ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL - SETEMBRO E OUTUBRO/2025 - REGIONAL
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	24/9	LEITE	SUCO DE MANGA SANDUÍCHE (Pão, cubos suínos ao molho de tomate, alface) MELANCIA	ARROZ + FEIJÃO COXA DE FRANGO ASSADA CREME DE MILHO (Milho verde, leite, manteiga, cebola) ACELGA COM CENOURA RALADA	BANANA	LEITE SABORIZADO COM CANELA PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, limão, manteiga e sal) MAÇÃ
QUI	25/9	LEITE	LEITE SABORIZADO COM CANELA BROA DE FUBÁ (Ovo, óleo, leite, farinha, fubá, açúcar, fermento) MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO MACARRÃO A BOLONHESA RICO (Molho de tomate, cenoura, abobrinha, espinafre) ALFACE COM TOMATE RODELA	MANGA	SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ COXINHA NUTRITIVA (Frango desfiado, requeijão caseiro, aveia) MAMÃO
SEX	26/9	LEITE	SUCO DE MARACUJÁ COM MANGA BOLINHA DE CARNE NUTRITIVA (carne moída, cenoura, ovo, aveia, linhaça, chia) MAMÃO	ARROZ + FEIJÃO ISCA DE FRANGO COM QUIABO ANGU COUVE REFOGADA	BANANINHA	VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100% BOLINHA DE BATATA (Batata, ovo, polvilho azedo, óleo, sal e orégano) LARANJA
SAB	27/9	SÁBADO				
DOM	28/9	DOMINGO				
SEG	29/9	LEITE	LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA PÃO COM MANTEIGA MAÇÃ	ARROZ POPAYE (ESPINAFRE) + FEIJÃO ESCONDIDINHO DE TILÁPIA COM BATATA CENOURA RODELA COZIDA	MELÃO	SUCO DE LARANJA PÃO COM CARNE MOÍDA AO MOLHO (Cebola, tomate, beterraba, cenoura, espinafre) MELANCIA
TER	30/9	LEITE	VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100% BISCOITO DE POLVILHO (Polvilho, ovos, leite, óleo, batata) MELANCIA	ARROZ + FEIJÃO CARNE MOÍDA COM INHAME REPOLHO REFOGADO	MAÇÃ	SUCO DE MARACUJÁ COM MANGA QUIBE ASSADO (Trigo, moída, cebola, hortelã, cheiro verde) 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			939	36g (15%)	33g (32%)	128g (55%)
6-10 anos			1153	44g (15%)	41g (32%)	158g (55%)
11-15 anos			1647	63g (15%)	58g (32%)	225g (55%)

* 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 - SETEMBRO E OUTUBRO/2025 - REGIONAL
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	1/10	LEITE	SUCO DE ABACAXI COM AZEDINHA PÃO COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO (Cenoura ralada, tomate e cebola) MELÃO	ARROZ + FEIJÃO VERMELHO CUBOS BOVINOS COM MANDIOQUINHA ALFACE + COUVE FLOR COZIDA	MANGA	VITAMINA COM FRUTAS AMARELAS (Leite, manga, mamão e banana) PÃO COM MANTEIGA BANANA
QUI	2/10	LEITE	SUCO DE LARANJA COXINHA NUTRITIVA (Frango desfiado, requeijão caseiro, aveia) LARANJA	ARROZ + FEIJÃO CUBOS DE PERNIL AO MOLHO DE TOMATE FAROFÁ RICA (Farinha, ovos, cenoura, vagem) ALFACE COM RÚCULA E TOMATE CUBOS	PERA	COQUETEL DE FRUTAS (Banana, mamão e laranja) PIPOCA MAMÃO
SEX	3/10	LEITE	SUCO INTEGRAL DE UVA BOLINHO DE MANDIOCA COM FRANGO MAMÃO	ARROZ COM AÇAFRÃO + FEIJÃO COXA DE FRANGO ENSOPADA COM CHUCHU E QUIABO ANGU COUVE REFOGADA	LARANJA	LEITE SABORIZADO COM CANELA BROA DE FUBÁ (Ovo, óleo, leite, farinha, fubá, açúcar, fermento) MELANCIA
SAB	4/10	SÁBADO				
DOM	5/10	DOMINGO				
SEG	6/10	LEITE	SUCO DE LARANJA PÃO COM CUBOS DESFIADOS, ALFACE E TOMATE SALADA DE FRUTAS (Banana, mamão, maçã, laranja)	ARROZ TUTU DE FEIJÃO (feijão, isca de boi, pernil, ovos, farinha) MOSTARDA REFOGADA TOMATE RODELA	LARANJA	VITAMINA DE FRUTAS (Leite, banana e mamão) PÃO COM MANTEIGA MELANCIA
TER	7/10	LEITE	SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ PIPOCA MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO CUBOS BOVINOS COM BATATA DOCE ACELGA REFOGADA	MELÃO	LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA BISCOITO DE POLVILHO (Polvilho, ovos, leite, óleo, batata) 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			905	32g (14%)	30g (29%)	132g (58%)
6-10 anos			1112	39g (14%)	36g (29%)	162g (58%)
11-15 anos			1588	56g (14%)	52g (29%)	232g (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 - SETEMBRO E OUTUBRO/2025 - REGIONAL
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	8/10	LEITE	CHOCOLATE QUENTE (Leite, cacau 70% e açúcar) TORRADA COM MANTEIGA MELANCIA	ARROZ CASSOLET (Feijão branco, frango em cubos, milho verde, tomate em cubinhos) CENOURA REFOGADA COUVE REFOGADA	MAÇÃ	SUCO DE MAMÃO COM LARANJA COXINHA DE FRANGO NUTRITIVA (Frango desfiado, requeijão caseiro, farinha de rosca) MANGA
QUI	9/10	LEITE	SUCO DE MARACUJÁ COM MANGA QUIBE ASSADO (Trigo, moida, cebola, hortelã, cheiro verde) BANANA	ARROZ + FEIJÃO MACARRÃO A BERINHESA (Carne moída, berinjela, tomate, cebola, manjericão) ALFACE COM TOMATE RODELA	MELANCIA	LEITE SABORIZADO COM CANELA PÃO DE CEBOLA COM MANTEIGA (Farinha de trigo, leite, ovos, óleo, cebola, batata, fermento biológico e gergelim) MAÇÃ
SEX	10/10	LEITE	SUCO DE MELANCIA BOLINHO DE ARROZ (Arroz, Ovo, Chia, Frango e Farinha integral) MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO ISCA DE BOI ACEBOLADA FAROFA DE ALMEIRÃO (Farinha, ovos, almeirão e cheiro verde) TOMATE EM CUBINHOS COM MANJERICÃO	LARANJA	SUCO FANTA (Laranja com cenoura) BOLINHA DE CARNE NUTRITIVA (carne moída, cenoura, ovo, aveia, linhaça, chia) MELANCIA
SÁB	11/10	SÁBADO				
DOM	12/out	DOMINGO				
SEG	13/10	Recesso				
TER	14/10					
		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	894	35g (16%)	30g (30%)	125g (56%)
		6-10 anos	1098	43g (16%)	36g (30%)	154g (56%)
		11-15 anos	1569	62g (16%)	52g (30%)	220g (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 - SETEMBRO E OUTUBRO/2025 - REGIONAL
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	15/10					
QUI	16/10			Recesso		
SEX	17/10					
SAB	18/10					
DOM	19/10					
SEMANA DA CRIANÇA						
SEG	20/10	LEITE	SUCO INTEGRAL DE TANGERINA HAMBURGUER (Pão, hamburguer com carne moída, maionese com ovos cozidos, alface e tomate) MELANCIA	ARROZ FEIJOADA (Feijão preto, isca de pernil e isca de boi) VINAGRETE (Tomate, cebola, cenoura, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde)	LARANJA	VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100% PÃO COM MANTEIGA ABACAXI
TER	21/10	LEITE	LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA BOLO DE CHOCOLATE SEM AÇÚCAR (Uva passa, ovo, óleo, leite, farinha de trigo, cacau, fermento) MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO COXA DE FRANGO ENSOPADA VIRADO DE CENOURA (Cenoura, farinha de milho e ovo) REPOLHO REFOGADO	BANANINHA	SUCO INTEGRAL DE UVA PIPOCA 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			798	29g (14%)	25g (27%)	119g (60%)
6-10 anos			980	35g (14%)	30g (27%)	146g (60%)
11-15 anos			1400	50g (14%)	43g (27%)	208g (60%)

* 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 - SETEMBRO E OUTUBRO/2025 - REGIONAL
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 HORT/CARNE						
QUA	22/10	LEITE	MILKSHAKE DE MORANGO (Leite, banana, morango congelados) PÃO COM MANTEIGA ABACAXI	ARROZ + FEIJÃO PEIXE CROCANTE (Tilápia, ovo, farinha de trigo, fubá) PURÊ DE COUVE FLOR COM BATATA (Couve flor, batata, manteiga) ALFACE COM TOMATE EM CUBOS	UVA	SUCO DE LARANJA HAMBURGUER (Pão, hamburger com carne moída, maionese com ovos cozidos, alface e tomate) MAÇÃ
QUI	23/10	LEITE	SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ PIPOCA BANANA COM LEITE EM PÓ	ARROZ + FEIJÃO ESTROGONOFE DE CARNE (Isclas de boi, creme de leite, tomate, cebola) BATATA CORADA ALFACE + CENOURA EM CUBOS	SALADA DE FRUTAS (Banana, maçã, laranja, mamão, uva, morango)	SUCO DE LARANJA COM MORANGO BOLINHA DE CARNE NUTRITIVA (carne moída, cenoura, ovo, aveia, linhaça, chia) MANGA
SEX	24/10	LEITE	SUCO DE MANGA COXINHA DE FRANGO NUTRITIVA (Frango desfiado, requeijão caseiro, farinha de linhaça) MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO MACARRÃO NA CHAPA (Isca de frango, pernil, cebola, cenoura, brócolis, pimentão, tomate, milho, repolho) ALFACE COM TOMATE RODELA	ARROZ DOCE (Arroz, leite, leite condensado, coco e canela)	LEITE SABORIZADO COM CANELA BOLO MESCLADO SEM AÇÚCAR (Uva passa, ovo, óleo, leite, farinha de trigo, cacau, fermento) MELANCIA
SAB	25/10	SÁBADO				
DOM	26/10	DOMINGO				
SEG	27/10	LEITE	VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100% PÃO DE BATATA (Farinha de trigo, leite, ovo, açúcar, óleo, batata, gergelim) MAMÃO	ARROZ FEIJÃO TROPEIRO (feijão, isca de boi, pernil, ovos, farinha) VINAGRETE (Tomate, cebola, cenoura, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde) COUVE REFOGADA	LARANJA	VITAMINA DE FRUTAS (Leite, banana e mamão) PÃO COM MANTEIGA MELÃO
TER	28/10	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	887	36g (16%)	24g (24%)	135g (61%)
		6-10 anos	1089	44g (16%)	29g (24%)	166g (61%)
		11-15 anos	1556	63g (16%)	42g (24%)	237g (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 - SETEMBRO E OUTUBRO/2025 - REGIONAL
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	29/10	LEITE	VITAMINA DE MANGA COM MAMÃO PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, limão, manteiga e sal) MELANCIA	ARROZ + FEIJÃO ESTROGONOFE DE CARNE (Isclas de boi, creme de leite, tomate, cebola) BATATA SAUTÊ ALFACE COM RÚCULA	MELÃO	VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100% PÃO COM MANTEIGA MAMÃO
QUI	30/10	LEITE	LEITE SABORIZADO COM CANELA BOLO DE MAÇÃ SEM AÇÚCAR (Ovo, óleo, maçã, farinha integral, aveia, uva passa, fermento em pó, canela) MELÃO	ARROZ + FEIJÃO PRETO CANJIQUINHA DE FRANGO E CENOURA COUVE REFOGADA	LARANJA	SUCO DO HULK (Laranja com couve) BOLINHA DE FRANGO (Frango, canjiquinha, farinha de trigo e tempero de alho) MAÇÃ
SEX	31/10	LEITE	SUCO DE MANGA NUGGETS CASEIRO (Frango, cenoura, ovo, chia, aveia) MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO CUBOS BOVINOS COM MORANGA E GRÃO DE BICO MOSTARDA REFOGADA	BANANINHA	SUCO DE ABACAXI E HORTELÃ PIPOCA SALADA DE FRUTAS (Banana, mamão, maçã, laranja, morango)
SAB	1/11	SÁBADO				
DOM	2/11	DOMINGO				
SEG	3/11	LEITE	SUCO DE LARANJA PÃO COM CUBOS BOVINOS AO MOLHO, ALFACE E TOMATE LARANJA	ARROZ + FEIJÃO PRETO COXA DE FRANGO ASSADA ANGU QUIABO REFOGADO	MANGA	VITAMINA DE MANGA PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, limão, manteiga e sal) MAMÃO
TER	4/11	LEITE	SUCO DE MELANCIA BOLINHA DE CARNE NUTRITIVA (carne moída, cenoura, ovo, aveia, linhaça, chia) MAMÃO	ARROZ + FEIJÃO VERMELHO CUBOS DE PERNIL VIRADO DE ABOBRINHA (Abobrinha, farinha de milho e ovo) MOSTARDA REFOGADA	LARANJA	LEITE SABORIZADO COM CANELA BOLO DE BANANA COM CHOCOLATE SEM AÇÚCAR (Banana, ovo, aveia, uva passa, óleo, fermento, cacau 100%) 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
			784	30g (16%)	27g (30%)	110g (56%)
			963	37g (16%)	33g (30%)	135g (56%)
			1376	53g (16%)	47g (30%)	193g (56%)

* Cardápio Sujeito a Alterações

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR

