



Cardápio Parcial Pré-escola - NOVEMBRO/DEZEMBRO 2023



	27/11/2023 (Segunda-feira)	28/11/2023 (Terça-feira)	29/11/2023 (Quarta-feira)	30/11/2023 (Quinta-feira)	01/12/2023 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão	Suco Bolo	Mingau de cacau	iogurte de morango Banana	Leite com cacau Rosquinha
REFEIÇÃO (10h/15h)	Arroz Feijão Ovos mexidos Salada de grão de bico com tomate Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho com cenoura ralada Melancia	Risoto de frango (cenoura, milho, salsa) Banana	Arroz, Feijão Preto Pernil com cebola e pimentão Virado de couve Laranja	Arroz branco Frango assado Farofa Legumes sauté (cenoura, vagem, chuchu, batata) Pavê de chocolate com biscoito maisena **Mesa de frutas
LANCHE DA SAÍDA	NECTARINA	BANANA	AMEIXA	MAÇÃ	DOCE
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					
Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.					
** Cardápio festivo - Mesa de frutas decorativas: melancia, melão, abacaxi, uvas Thompson e Crimson, maçã, laranja, banana.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	
Pré Escola	4 e 5 anos	631,81	104	22	15

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Brás Food

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

Raquel N. R. O. Neves
CRN-3 35646
Nutricionista SAE

	04/12/2023 (Segunda-feira)	05/12/2023 (Terça-feira)	06/12/2023 (Quarta-feira)	07/12/2023 (Quinta-feira)	08/12/2023 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h)	Leite com Cacau	Vitamina de Banana	Vitamina de abacate	Leite com cacau	Suco de melancia
LANCHE (13h)	Biscoito Rosquinha de coco	Maçã	Banana	Pão integral com requeijão	Biscoito Maisena
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Macarrão ao sugo Frango desfiado com abobrinha Salada de feijão fradinho e beterraba ralada Melancia	Arroz com cenoura, feijão Moqueca (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata PICOLÉ	Risoto de frango (cenoura, abobrinha, salsa) Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de repolho com tomate Melão	Arroz, Feijão Carne moída com batata Salada de cenoura ralada Banana
LANCHE DA SAÍDA	PÊSSEGO	BANANA	MEXERICA	PERA	MAÇÃ
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					
Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	579,73	91	24	15

Sáirley Lopes Fernandes da Silva
 CRN-3 16607
 Nutricionista - Brás Food

Dayanne dos Santos Ribeiro
 CRN-3 38266
 Nutricionista SAE

Raquel N. R. de Neves
 CRN-3 35646
 Nutricionista SAE

	11/12/2023 (Segunda-feira)	12/12/2023 (Terça-feira)	13/12/2023 (Quarta-feira)	14/12/2023 (Quinta-feira)	15/12/2023 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h)	Leite com Cacau	Suco de abacaxi	Vitamina de banana	Mingau de maisena	Leite com cacau
LANCHE (13h)	Biscoito Cream Craker	Pão de forma com requeijão	Maçã		Pão integral com requeijão
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Arroz com cenoura, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de batata, cenoura e soja Laranja	Arroz, Feijão Carne moída com batata Salada de acelga com tomate Melão	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho com abobrinha Maçã	Arroz, Feijão Pernil com mandioca Salada de escarola com beterraba ralada Melancia	Sopa de legumes com frango (cenoura, chuchu, batata, macarrão para sopa) Maçã
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	BANANA	PERA	BANANA	MEXERICA
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					
Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	597,05	90	25	15

Skirley Lopes Fernandes da Silva

CRN-3 16607

Nutricionista - Brás Food

Dayanne dos Santos Ribeiro

CRN-3 38266

Nutricionista SAE

Raquel N. R. O Neves

CRN-3 35646

Nutricionista SAE

	18/12/2023 (Segunda-feira)	19/12/2023 (Terça-feira)	20/12/2023 (Quarta-feira)	21/12/2023 (Quinta-feira)	22/12/2023 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h)	Leite com Cacau	Leite com Cacau	Leite com Cacau	REUNIÃO DE PAIS E MESTRES	REUNIÃO PEDAGÓGICA
LANCHE (13h)	Biscoito Cream Craker	Biscoito rosquinha de coco	Biscoito maisena		
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Arroz com cenoura, Feijão	Macarrão ao alho e óleo	Risoto de frango		
	Ovos mexidos	Carne moída ao molho	com milho, cenoura e salsa		
	Salada de batata	Salada de beterraba ralada			
	Laranja	Suco de goiaba	Maçã		
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	MEXERICA	PERA		
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					
Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	721,15	115	27	18

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Brás Food

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

Raquel N. R. C. Neves
CRN-3 35646
Nutricionista SAE