

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Almoço / Sobremesa (12:30-13:00)	Arroz /Feijão Sobrecoca Refogada (IQF) Salada de Abobrinha (ou Cenoura)	Macarrão ² Almôndegas ao Sugo Salada de Alface Maçã	Arroz / Feijão Carne de Panela (coxão mole temperado) Cenoura e Ervilha Refogados ou (Cabotiá refogado) ³ Banana	Arroz / Feijão Carne de Moída Refogada Salada de Pepino Suco ⁴	Arroz Filezinho de Frango Empanado (assado) Creme de Milho Salada de Tomate Fruta Sazonal ⁵
Lanche da tarde (14:40-15:00)	Leite com Banana Congelada e Chocolate ¹ Biscoito Rosquinha	Suco ² Torta de Carne Moída, Cenoura, Ervilha e Tomate	Leite com Chocolate Pão com Requeijão	Suco de Abacaxi Bolo Caseiro de Fubá e Milho ¹	Vitaminado de Mamão Biscoito Salgado
Jantar / Sobremesa (18:40-19:10)	Arroz Estrogonofe de Carne (coxão mole temperado) Batata Rústica ¹ ou Cozida ou Salada de Pepino e Cenoura (quando vier do cardápio 5)	Arroz / Feijão Sobrecoca Refogada (IQF) Salada de Beterraba (ou Cabotiá Refogado) ³ Banana	Arroz / Feijão Almôndegas Refogadas Salada de Pepino Maçã	Arroz Filezinho de Frango Empanado (assado) Creme de Milho Salada de Tomate Fruta Sazonal ⁵	Macarrão ² Carne de Moída ao Sugo Salada de Alface Suco ⁴

Observações: ¹Receita em anexo. ²O tipo de macarrão varia entre parafuso ou penne. ³Substituir a preparação por cabotiá, conforme entrega semanal. ⁴Suco de laranja (Banco de Alimentos) ou o suco enviado pelo Setor de Abastecimento. ⁵Fruta da época.

CONSIDERAÇÕES:

A fruta poderá ser alterada de acordo com seu estado de maturação, mas deverá ser servida dentro da mesma semana.

O hortifrutti da segunda feira chega na segunda feira da semana anterior.

Bolo caseiro: sem lactose (não utilizar leite), conforme orientado nas capacitações periódicas.

Cardápio sujeito a alterações.

Horário sugerido das refeições.

Cardápio elaborado conforme Resolução nº6, de 08 de maio de 2020

Fernanda Gonçalves Nascimento

CRN 3 20944

Responsável Técnica - Nutricionista

1º Semestre / 2025

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Almoço / Sobremesa (12:30-13:00)	Arroz /Feijão Cubos de Frango Refogados Salada de Beterraba e Cenoura (salada crua ou cozida)	Arroz /Feijão Ovos Mexidos Salada de Chicória Banana	Arroz Carne de Panela com Mandioca Salada de Tomate Maçã	Arroz / Feijão Carne Moída Refogada Abobrinha Refogada Melancia	Macarrão ao Sugo ³ Sardinha Acebolada Salada de Acelga Suco ²
Lanche da tarde (14:40-15:00)	Leite com Banana Congelada e Chocolate ¹ Biscoito de Polvilho	Abacaxi (suco ou fruta) Pão com Patê de Atum	Leite com Chocolate Bolo de Caseiro Mesclado	Suco ² Torta de Frango com Legumes	Leite com Chocolate Pão com Mussarela
Jantar / Sobremesa (18:40-19:10)	Arroz / Feijão Carne Moída Refogada Salada de Legumes ¹	Arroz /Feijão Cubos de Frango Refogados Abobrinha Refogada Banana	Arroz / Feijão Ovos Mexidos Salada de Chicória Suco ²	Arroz Carne de Panela com Mandioca Salada de Tomate Maçã	Torta de Sardinha com Milho, Ervilha e Requeijão ⁴ Melancia (suco ou fruta)

Observações: ¹Seleto de legumes. ²Suco de laranja (Banco de Alimentos) ou o suco enviado pelo Setor de Abastecimento. ³O tipo de macarrão varia entre parafuso ou penne. ⁴Receita em anexo.

CONSIDERAÇÕES:

A fruta poderá ser alterada de acordo com seu estado de maturação, mas deverá ser servida dentro da mesma semana.

O hortifruti da segunda feira chega na segunda feira da semana anterior.

Bolo caseiro: sem lactose (não utilizar leite), conforme orientado nas capacitações periódicas.

Cardápio sujeito a alterações.

Horário sugerido das refeições.

Cardápio elaborado conforme Resolução nº6, de 08 de maio de 2020

Fernanda Gonçalves Nascimento
CRN 3 20944
Responsável Técnica - Nutricionista

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Almoço / Sobremesa (12:30-13:00)	Arroz / Feijão Sobrecoxa Refogada (IQF) Salada de Legumes ¹	Arroz / Feijão com Pernil Farofa (farinha de mandioca, tomate, cenoura e couve) Fruta Sazonal ²	Arroz / Feijão Cubos de Frango Acebolados (cubos temperados IQF) Abóbora Refogada Suco ³	Macarrão ⁵ ou Nhoque ao Sugo Carne Moída Refogada Salada de Alface Maçã	Arroz / Feijão Ovos Mexidos Abobrinha Refogada Banana
Lanche da tarde (14:40-15:00)	Leite com Chocolate Biscoito Integral Maria	Suco ³ Pão com Requeijão	Leite com Chocolate Bolo Caseiro Simples	Leite com Chocolate Pão com Requeijão	Suco de Abacaxi Torta de Carne Moída
Jantar / Sobremesa (18:40-19:10)	Arroz / Feijão com Pernil Salada Acelga e Milho (opcional: farofa de acelga e milho)	Arroz / Polenta Carne moída ao Sugo Salada de Alface Suco ³	Arroz / Feijão Sobrecoxa Refogada (IQF) Salada de Cenoura (crua ou cozida) Banana	Arroz / Feijão Ovos Mexidos Abobrinha Refogada Fruta Sazonal ²	Macarrão ⁴ ou Nhoque ao Sugo Cubos de Frango Acebolados (frango temperado IQF) Salada Crua de Cenoura, Pepino e Couve Maçã

Observações: ¹Seleta de legumes. ²Fruta da época. ³Suco de laranja (Banco de Alimentos) ou o suco enviado pelo Setor de Abastecimento. ⁴Macarrão ao sugo com carne moída/frango (preparados separadamente) ou nhoque de soja ao sugo acompanhado de arroz branco, carne moída refogada (5ª feira almoço) ou cubos de frango (6ª feira jantar) e salada do dia.

CONSIDERAÇÕES:

A fruta poderá ser alterada de acordo com seu estado de maturação, mas deverá ser servida dentro da mesma semana.

O hortifruti da segunda feira chega na segunda feira da semana anterior.

Bolo caseiro: sem lactose (não utilizar leite), conforme orientado nas capacitações periódicas.

Cardápio sujeito a alterações.

Horário sugerido das refeições.

Cardápio elaborado conforme Resolução nº6, de 08 de maio de 2020

Fernanda Gonçalves Nascimento

CRN 3 20944

Responsável Técnica - Nutricionista

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Almoço / Sobremesa (12:30-13:00)	Arroz / Polenta Carne Moída ao Sugo Salada de Pepino	Arroz / Feijão Ovos <i>(mexidos ou cozidos)</i> Salada de Tomate Banana	Macarrão ² ao Sugo Coxa/Sobrecoxa Assada Salada de Repolho Bicolor Suco ¹	Arroz Estrogonofe de Carne <i>(patinho cubos)</i> Batata (rústica ³ ou cozida) Maçã	Arroz / Feijão Peixe ⁴ Salada de Cenoura e Ervilha <i>(crua ou cozida)</i> Abacaxi
Lanche da tarde (14:40-15:00)	Leite com Chocolate Biscoito Salgado	Suco ¹ Bolo Caseiro de Mesclado	Leite com Chocolate Pão com Patê de Frango	Leite com Chocolate Pão com Requeijão	Vitaminado de Mamão Biscoito Doce
Jantar / Sobremesa (18:40-19:10)	Arroz / Feijão Carne de Panela Abóbora Refogada	Arroz / Feijão Carne Moída Refogada Salada de Repolho Maçã	Arroz / Feijão Ovos <i>(mexidos ou cozidos)</i> Salada de Tomate Banana	Arroz / Feijão Peixe ⁴ Salada de Cenoura e Ervilha <i>(crua ou cozida)</i> Abacaxi	Macarrão ² ao Sugo Coxa/Sobrecoxa Assada Salada de Abobrinha Suco ¹

Observações: ¹Suco de laranja (Banco de Alimentos) ou o suco enviado pelo Setor de Abastecimento. ²O tipo de macarrão varia entre parafuso ou penne. ³Receita em anexo. ⁴Peixe (Filé de peixe deverá ser ensopado ou assado alternando com iscas de peixe empanado assado).

CONSIDERAÇÕES:

A fruta poderá ser alterada de acordo com seu estado de maturação, mas deverá ser servida dentro da mesma semana.

O hortifruti da segunda feira chega na segunda feira da semana anterior.

Bolo caseiro: sem lactose (não utilizar leite), conforme orientado nas capacitações periódicas.

Cardápio sujeito a alterações.

Horário sugerido das refeições.

Cardápio elaborado conforme Resolução nº6, de 08 de maio de 2020

Fernanda Gonçalves Nascimento
CRN 3 20944
Responsável Técnica - Nutricionista

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Almoço / Sobremesa (12:30-13:00)	Arroz / Feijão Sobrecoxa Refogada (IQF) Salada de Legumes ¹	Arroz / Feijão com Pernil Farofa (farinha de mandioca, tomate, cenoura e couve) Fruta Sazonal ²	Arroz / Feijão Cubos de Frango Acebolados (cubos temperados IQF) Abóbora Refogada Suco ³	Macarrão ⁴ ou Nhoque ao Sugo Carne Moída Refogada Salada de Alface Maçã	Arroz / Feijão Ovos Mexidos Abobrinha Refogada Banana
Lanche da tarde (14:40-15:00)	Leite com Chocolate Biscoito Integral Maria	Suco ¹ Pão com Requeijão	Leite com Chocolate Bolo Caseiro Simples	Leite com Chocolate Pão com Requeijão	Suco de Abacaxi Torta de Carne Moída
Jantar / Sobremesa (18:40-19:10)	Arroz / Feijão com Pernil Salada Acelga e Milho (opcional: farofa de acelga e milho)	Arroz / Polenta Carne moída ao Sugo Salada de Alface Suco ³	Arroz / Feijão Sobrecoxa Refogada (IQF) Salada de Cenoura (crua ou cozida) Banana	Arroz / Feijão Ovos Mexidos Abobrinha Refogada Fruta Sazonal ²	Macarrão ⁴ ou Nhoque ao Sugo Cubos de Frango Acebolados (frango temperado IQF) Salada Crua de Cenoura, Pepino e Couve Maçã

Observações: ¹Seleta de legumes. ²Fruta da época. ³Suco de laranja (Banco de Alimentos) ou o suco enviado pelo Setor de Abastecimento. ⁴Macarrão ao sugo com carne moída/frango (preparados separadamente) ou nhoque de soja ao sugo acompanhado de arroz branco, carne moída refogada (5ª feira almoço) ou cubos de frango (6ª feira jantar) e salada do dia.

CONSIDERAÇÕES:

A fruta poderá ser alterada de acordo com seu estado de maturação, mas deverá ser servida dentro da mesma semana.

O hortifruti da segunda feira chega na segunda feira da semana anterior.

Bolo caseiro: sem lactose (não utilizar leite), conforme orientado nas capacitações periódicas.

Cardápio sujeito a alterações.

Horário sugerido das refeições.

Cardápio elaborado conforme Resolução nº6, de 08 de maio de 2020

Fernanda Gonçalves Nascimento
CRN 3 20944
Responsável Técnica - Nutricionista