



CARDÁPIO ESCOLA RURAL ALVINA TOLEDO E ANTÔNIO FONTES – JORNADA AMPLIADA – CARDÁPIO NOVENBRO/2025

	SEGUNDA 3/11/2025	TERÇA 4/11/2025	QUARTA 5/11/2025	QUINTA 6/11/2025	SEXTA 7/11/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite + biscoito salgado integral + maçã	Chá com leite + pão de cenoura + manteiga	Suco de morango + torta frango com legumes + melão	Logurite de morango + biscoito doce integral + banana	Suco integral de uva, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alicace	KCAL 851	Kcal 681
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata, cenoura e brócolis) + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada de repolho + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsami) ao molho, salada de alicace + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho com mandioca, salada de acelga + laranja	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + manga	CHO 135	CHO 110
Lanche 14:00H/14:30H – SOMENTE ALUNOS DO INTEGRAL	Suco integral de uva, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alicace	Logurite de morango + biscoito doce integral + banana	Suco de maracujá + bolo de fubá + mamão	Chá com leite + pão de cenoura + manteiga	Café com leite + biscoito salgado integral + maçã	PTN 27	PTN 6
LANCHE – 15:30H/16:00H SOMENTE ALUNOS DO PARCIAL	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata, cenoura e brócolis) + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada de repolho + maçã	Suco de morango + torta frango com legumes + melão	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho com mandioca, salada de acelga + laranja	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + manga	LIP 21	LIP 15
	SEGUNDA 10/11/2025	TERÇA 11/11/2025	QUARTA 12/11/2025	QUINTA 13/11/2025	SEXTA 14/11/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite com cacau (70%) + pão fatiado com requeijão	Café com leite + pão de queijo	Suco de maracujá + bolo de fubá + mamão	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + manga	Chá com leite + biscoito salgado/doces integral + banana	KCAL 906	KCAL 732
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de tomate + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata, salada de brócolis + maçã	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicace	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba + melão	CHO 136	CHO 115
Lanche 14:00H/14:30H – SOMENTE ALUNOS DO INTEGRAL	Chá com leite + biscoito salgado/doces integral + banana	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + manga	Suco de morango + torta frango com legumes + melão	Café com leite + pão de queijo	Leite com cacau (70%) + pão fatiado com requeijão	PTN 29	PTN 26
LANCHE – 15:30H/16:00H SOMENTE ALUNOS DO PARCIAL	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de tomate + melancia	Suco de maracujá + torta frango com legumes + melão	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicace	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba + melão	LIP 20	LIP 19

CMEI

Observações:

ALUNO

Parcília dos Santos Alves Garcia

Ligia Marcia Toledo Fran Vicente

Camille Consuelmo de Carvalho

Madalena Correa Costa Bialla

Lista de Alimentos Proibidos

Matr Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO N1781

Matr Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO N7321

Matr Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO N1102

Coordenadora de Alimentação

CRN 15644



CARDÁPIO ESCOLA RURAL ALVINA TOLEDO E ANTÔNIO FONTES – JORNADA AMPLIADA – CARDÁPIO NOVEMBRO/2025

	SEGUNDA 17/11/2025	TERÇA 18/11/2025	QUARTA 19/11/2025	QUINTA 20/11/2025	SEXTA 21/11/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite + pão de milho + queijo/margarina	Leite com morango + Bolo cenoura sem cobertura	Ingrediente de morango + salada de frutas (morango, banana e maçã) com aveia		Leite com banana + biscoito polvilho salgado	KCAL 841 Kcal	KCAL 735 Kcal
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + purê de batata + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (batata e cenoura) + salada de alface + melão	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e vagem) + mamão		Arroz, Feijão carioca, Frango (salsam) grelhado, salada de alface + melancia	CHO 121 g	CHO 133 g
Lanche 14:00H/14:30H – SOMENTE ALUNOS DO INTEGRAL	Leite com banana + biscoito polvilho salgado	Ingrediente de morango + salada de frutas (morango, banana e maçã) com aveia	Leite com morango + Bolo cenoura sem cobertura		Café com leite + pão de milho + queijo/margarina	PTN 23 g	PTN 22 g
LANCHE – 15:30H /16:00H SOMENTE ALUNOS DO PARCIAL	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + purê de batata + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (batata e cenoura) + salada de alface + melão	Ingrediente de morango + salada de frutas (morango, banana e maçã) com aveia		Arroz, Feijão carioca, Frango (salsam) greilhado, salada de alface + melancia	LIP 15 g	LIP 20 g
	SEGUNDA 24/11/2025	TERÇA 25/11/2025	QUARTA 26/11/2025	QUINTA 27/11/2025	SEXTA 28/11/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de maracujá + pão fatiado integral com requeijão	Suco de acerola + torta frango com legumes + melão	Café com leite + bolo de laranja	Vitamina de frutas (abacate + banana) + biscoito doce integral	Suco de uva integral + Pão de leite com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura	KCAL 703 Kcal	KCAL 778 Kcal
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de cenoura + melancia	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão de milho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca + Boreado + farofa de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja	Macarão com frango ao molho desfiado + salada de beterraba + banana	CHO 115 g	CHO 116 g
Lanche 14:00H/14:30H – SOMENTE ALUNOS DO INTEGRAL	Café com leite + bolo de laranja	Vitamina de frutas (abacate + banana) + biscoito doce integral	Suco de maracujá + pão fatiado integral com requeijão	Suco de acerola + torta frango com legumes + melão	Suco de uva integral + Pão de leite com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura	PTN 27 g	PTN 29 g
LANCHE – 15:30H /16:00H SOMENTE ALUNOS DO PARCIAL	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de cenoura + melancia	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + maçã	Café com leite + bolo de laranja	Arroz, Feijão carioca + Boreado + farofa de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja	Suco de uva integral + Pão de leite com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura	LIP 14 g	LIP 22 g

Observações:

ALUNO

Partida dos Santos Alves Garcia
Matr. Funcional nº 7891 CRN nº REGIÃO Nº 181

Ligia Marcia Macedo Faria Vicente
Matr. Funcional nº 7846 CRN nº REGIÃO Nº 2321

Camile Consentinio de Carvalho
Matr. Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº 1102

Edilene Cristina Sousa Budek
CRN 9.001
Coordenadora de Supervisão

Letícia de Jesus Magalhães
NUTRICIONISTA
CRN 15564