

CARDÁPIO ESCOLAS RURAIS E ILHAS – CARDÁPIO SETEMBRO/2025

SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
16/02/25		20/02/25		24/02/25		28/02/25		01/03/25		05/03/25		09/03/25	
Café com leite + pão de cenoura + queijinhomgarrafa		Leite com moqueijo + Bolo cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + pão integral com requêijo		Ingrediente de moqueijo + biscoito doce integral + banana		Suco integral laranja, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alface		Suco integral laranja, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alface		Suco integral laranja, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alface	
DESEJUM 7:30H/8:00H		Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, batata salada e brócolis) + maçã		Aroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de tomate + goiabada		Aroz, Feijão caraca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + melancia		Aroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada de repolho + laranja		Aroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada de repolho + laranja		Aroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada de repolho + laranja	
MERENDA MANHÃ 10h		Aroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melão		Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, batata salada e brócolis) + maçã		Aroz, Feijão caraca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + melancia		Aroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada de repolho + laranja		Aroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada de repolho + laranja		Aroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada de repolho + laranja	
MERENDA TARDE 15h		Aroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melão		Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, batata salada e brócolis) + maçã		Aroz, Feijão caraca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + melancia		Aroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada de repolho + laranja		Aroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada de repolho + laranja		Aroz colorido, Feijão preto, Quibe assado, salada de repolho + laranja	
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
08/02/25		09/02/25		10/02/25		11/02/25		12/02/25		13/02/25		14/02/25	
Leite com cacau (70%) + pão integral com manteiga		Café com leite + pão de queijo		Suco de acerola + tortas de frango com legumes + maçã		Suco de manga + pão fatiado integral com requêijo		Vitamina de frutas (laranja e mamão) + biscoito doce integral		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral	
DESEJUM 7:30H/8:00H		Aroz, Feijão preto, Burendado, fatiada de banana da terra + tomate e cebola + laranja		Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, batata salada e brócolis) + maçã		Aroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga	
MERENDA MANHÃ 10h		Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) grelhado, salada de aipo + banana		Aroz, Feijão preto, Burendado, fatiada de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja		Aroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga	
MERENDA TARDE 15h		Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) grelhado, salada de aipo + banana		Aroz, Feijão preto, Burendado, fatiada de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja		Aroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga	
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
16/02/25		10/02/25		17/02/25		18/02/25		19/02/25		20/02/25		21/02/25	
Chá com leite + biscoito doce salgado integral + maçã		Café com leite + bolo de laranja		Suco integral laranja, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alface		Suco de abacaxi natural + pão com ovo + melão		Ingrediente de moqueijo + Salada de frutas (maçã, manga, morango) com aveia		Ingrediente de moqueijo + Salada de frutas (maçã, manga, morango) com aveia		Ingrediente de moqueijo + Salada de frutas (maçã, manga, morango) com aveia	
DESEJUM 7:30H/8:00H		Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) ao molho, salada de alface + melancia		Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pirão de carne + salada de baterrada + melão		Aroz, Feijão caraca, Frango assado (sedrecosa) + batata refogada + maçã		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	
MERENDA MANHÃ 10h		Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) ao molho, salada de alface + melancia		Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pirão de carne + salada de baterrada + melão		Aroz, Feijão caraca, Frango assado (sedrecosa) + batata refogada + maçã		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	
MERENDA TARDE 15h		Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) ao molho, salada de alface + melancia		Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pirão de carne + salada de baterrada + melão		Aroz, Feijão caraca, Frango assado (sedrecosa) + batata refogada + maçã		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
22/02/25		23/02/25		24/02/25		25/02/25		26/02/25		27/02/25		28/02/25	
Leite com cacau (70%) + pão fatiado integral com requêijo		Café com leite + biscoito doce salgado integral + melão		Suco de acerola + bolo de lúcia + banana		Chá com leite + pão fatiado com manteiga		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral	
DESEJUM 7:30H/8:00H		Aroz, Feijão caraca, Omelete assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + maçã		Aroz colorido, Feijão caraca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz, Feijão preto, Salsicela ao molho com cenoura, salada de brócolis + manga		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	
MERENDA MANHÃ 10h		Aroz, Feijão caraca, Omelete assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + maçã		Aroz, Feijão preto, Burendado, fatiada de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja		Aroz, Feijão preto, Salsicela ao molho com cenoura, salada de brócolis + manga		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	
MERENDA TARDE 15h		Aroz, Feijão caraca, Omelete assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + maçã		Aroz, Feijão preto, Burendado, fatiada de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja		Aroz, Feijão preto, Salsicela ao molho com cenoura, salada de brócolis + manga		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
29/02/25		30/02/25		01/03/25		02/03/25		03/03/25		04/03/25		05/03/25	
Leite com banana + biscoito polvilho alagado		Chá com leite + pão de milho + manteiga		Suco de acerola + bolo de lúcia + banana		Chá com leite + pão fatiado com manteiga		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral	
DESEJUM 7:30H/8:00H		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abóbora e chuchu) + salada de alface + melão		Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, batata salada e brócolis) + maçã		Aroz colorido, Feijão caraca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz, Feijão preto, Salsicela ao molho com cenoura, salada de brócolis + manga		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	
MERENDA MANHÃ 10h		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abóbora e chuchu) + salada de alface + melão		Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, batata salada e brócolis) + maçã		Aroz colorido, Feijão caraca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz, Feijão preto, Salsicela ao molho com cenoura, salada de brócolis + manga		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	
MERENDA TARDE 15h		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abóbora e chuchu) + salada de alface + melão		Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, batata salada e brócolis) + maçã		Aroz colorido, Feijão caraca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz, Feijão preto, Salsicela ao molho com cenoura, salada de brócolis + manga		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
08/02/25		09/02/25		10/02/25		11/02/25		12/02/25		13/02/25		14/02/25	
Leite com cacau (70%) + pão integral com manteiga		Café com leite + pão de queijo		Suco de acerola + tortas de frango com legumes + maçã		Suco de manga + pão fatiado integral com requêijo		Vitamina de frutas (laranja e mamão) + biscoito doce integral		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral	
DESEJUM 7:30H/8:00H		Aroz, Feijão preto, Burendado, fatiada de banana da terra + tomate e cebola + laranja		Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, batata salada e brócolis) + maçã		Aroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga	
MERENDA MANHÃ 10h		Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) grelhado, salada de aipo + banana		Aroz, Feijão preto, Burendado, fatiada de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja		Aroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga	
MERENDA TARDE 15h		Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) grelhado, salada de aipo + banana		Aroz, Feijão preto, Burendado, fatiada de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja		Aroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga	
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
16/02/25		10/02/25		17/02/25		18/02/25		19/02/25		20/02/25		21/02/25	
Chá com leite + biscoito doce salgado integral + maçã		Café com leite + bolo de laranja		Suco integral laranja, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alface		Suco de abacaxi natural + pão com ovo + melão		Ingrediente de moqueijo + Salada de frutas (maçã, manga, morango) com aveia		Ingrediente de moqueijo + Salada de frutas (maçã, manga, morango) com aveia		Ingrediente de moqueijo + Salada de frutas (maçã, manga, morango) com aveia	
DESEJUM 7:30H/8:00H		Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) ao molho, salada de alface + melancia		Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pirão de carne + salada de baterrada + melão		Aroz, Feijão caraca, Frango assado (sedrecosa) + batata refogada + maçã		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	
MERENDA MANHÃ 10h		Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) ao molho, salada de alface + melancia		Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pirão de carne + salada de baterrada + melão		Aroz, Feijão caraca, Frango assado (sedrecosa) + batata refogada + maçã		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	
MERENDA TARDE 15h		Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) ao molho, salada de alface + melancia		Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pirão de carne + salada de baterrada + melão		Aroz, Feijão caraca, Frango assado (sedrecosa) + batata refogada + maçã		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
22/02/25		23/02/25		24/02/25		25/02/25		26/02/25		27/02/25		28/02/25	
Leite com cacau (70%) + pão fatiado integral com requêijo		Café com leite + biscoito doce salgado integral + melão		Suco de acerola + bolo de lúcia + banana		Chá com leite + pão fatiado com manteiga		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral	
DESEJUM 7:30H/8:00H		Aroz, Feijão caraca, Omelete assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + maçã		Aroz colorido, Feijão caraca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz, Feijão preto, Salsicela ao molho com cenoura, salada de brócolis + manga		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	
MERENDA MANHÃ 10h		Aroz, Feijão caraca, Omelete assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + maçã		Aroz, Feijão preto, Burendado, fatiada de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja		Aroz, Feijão preto, Salsicela ao molho com cenoura, salada de brócolis + manga		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	
MERENDA TARDE 15h		Aroz, Feijão caraca, Omelete assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + maçã		Aroz, Feijão preto, Burendado, fatiada de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja		Aroz, Feijão preto, Salsicela ao molho com cenoura, salada de brócolis + manga		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
29/02/25		30/02/25		01/03/25		02/03/25		03/03/25		04/03/25		05/03/25	
Leite com banana + biscoito polvilho alagado		Chá com leite + pão de milho + manteiga		Suco de acerola + bolo de lúcia + banana		Chá com leite + pão fatiado com manteiga		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral	
DESEJUM 7:30H/8:00H		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abóbora e chuchu) + salada de alface + melão		Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, batata salada e brócolis) + maçã		Aroz colorido, Feijão caraca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz, Feijão preto, Salsicela ao molho com cenoura, salada de brócolis + manga		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	
MERENDA MANHÃ 10h		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abóbora e chuchu) + salada de alface + melão		Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, batata salada e brócolis) + maçã		Aroz colorido, Feijão caraca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz, Feijão preto, Salsicela ao molho com cenoura, salada de brócolis + manga		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	
MERENDA TARDE 15h		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abóbora e chuchu) + salada de alface + melão		Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, batata salada e brócolis) + maçã		Aroz colorido, Feijão caraca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz, Feijão preto, Salsicela ao molho com cenoura, salada de brócolis + manga		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura		Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
08/02/25		09/02/25		10/02/25		11/02/25		12/02/25		13/02/25		14/02/25	
Leite com cacau (70%) + pão integral com manteiga		Café com leite + pão de queijo		Suco de acerola + tortas de frango com legumes + maçã		Suco de manga + pão fatiado integral com requêijo		Vitamina de frutas (laranja e mamão) + biscoito doce integral		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral		Vitamina de frutas (laranja e abacaxi) + biscoito doce integral	
DESEJUM 7:30H/8:00H		Aroz, Feijão preto, Burendado, fatiada de banana da terra + tomate e cebola + laranja		Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, batata salada e brócolis) + maçã		Aroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga	
MERENDA MANHÃ 10h		Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) grelhado, salada de aipo + banana		Aroz, Feijão preto, Burendado, fatiada de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja		Aroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga	
MERENDA TARDE 15h		Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) grelhado, salada de aipo + banana		Aroz, Feijão preto, Burendado, fatiada de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja		Aroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga		Aroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de couve-flor + manga	
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
16/02/25		10/02/25		17/02/25		18/02/25		19/02/25		20/02/25		21/02/25	
Chá com leite + biscoito doce salgado integral + maçã		Café com leite + bolo de laranja		Suco integral laranja, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alface		Suco de abacaxi natural + pão com ovo + melão		Ingrediente de moqueijo + Salada de frutas (maçã, manga, morango) com aveia		Ingrediente de moqueijo + Salada de frutas (maçã, manga, morango) com aveia		Ingrediente de moqueijo + Salada de frutas (maçã, manga, morango) com aveia	
DESEJUM 7:30H/8:00H		Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) ao molho, salada de alface + melancia		Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pirão de carne + salada de baterrada + melão		Aroz, Feijão caraca, Frango assado (sedrecosa) + batata refogada + maçã		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	
MERENDA MANHÃ 10h		Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) ao molho, salada de alface + melancia		Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pirão de carne + salada de baterrada + melão		Aroz, Feijão caraca, Frango assado (sedrecosa) + batata refogada + maçã		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Aroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	
MERENDA TARDE 15h		Aroz, Feijão caraca, Frango (assado) ao molho, salada de alface + melancia		Aroz, Feijão preto, Carne ao molho, Pirão de carne + salada de baterrada + melão									