

UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira	Terça-Feira 01/07/2025	Quarta-Feira 02/07/2025	Quinta-Feira 03/07/2025	Sexta-Feira 04/07/2025
08h00	Lanche da manhã		➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Pão com requeijão	➤ Ovos mexidos	➤ Pão com requeijão ➤ Suco
12h00	Almoço		➤ Arroz ➤ Feijoadinha com lombo ➤ Farofa de Abobrinha	➤ Arroz/ Feijão ➤ Omelete com espinafre ➤ Salada de Beterraba	➤ Macarrão com molho e carne moída ➤ Salada de Alface ➤ Laranja	➤ Arroz/ Feijão ➤ Frango ensopado ➤ Polenta ➤ Banana
15h00	Lanche da tarde		➤ Pão com margarina ➤ Suco	➤ Pão com requeijão ➤ Banana	➤ Pão com carne moída ➤ Suco	➤ Vitamina de frutas
	Saída		➤ Bolacha	➤ Bolacha	➤ Bolacha	➤ Bolacha

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

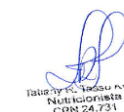
	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%	
* Média Semanal -	498,03	18 g	15 %	15 g	27%	73 g	59%

Fonte: * Planilha Plan PNAE / * Tabela TACO / * Rótulos dos alimentos

****Cardápio sujeito a alterações****

NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.

FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.



Tatiany R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatiany R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica

UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 07/07/2025	Terça-Feira 08/07/2025	Quarta-Feira 09/07/2025	Quinta-Feira 10/07/2025	Sexta-Feira 11/07/2025
08h00	Lanche da manhã	➤ Leite com chocolate ➤ Pão com requeijão	➤ Ovos mexidos		➤ Ovos mexidos	➤ Pão com requeijão ➤ Suco
12h00	Almoço	➤ Arroz/ Feijão ➤ Lombo refogado ➤ Salada de chuchu	➤ Arroz/ Feijão ➤ Peixe ensopado com legumes (batata, cenoura, pimentão) ➤ Salada de tomate		➤ Arroz/ Feijão ➤ Carne desfiada ➤ Purê de Batatas	➤ Arroz/ Feijão ➤ Frango ensopado ➤ Salada de cenoura
15h00	Lanche da tarde	➤ Pão com geléia ➤ Suco	➤ Pão com requeijão ➤ Suco		➤ Pão com requeijão ➤ Suco	➤ Vitamina de frutas
	Saída	➤ Bolacha	➤ Bolacha		➤ Bolacha	➤ Bolacha

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

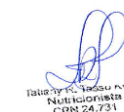
	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%	
* Média Semanal -	511,96	22 g	17%	14 g	511,96	22 g	17%

Fonte: * Planilha Plan PNAE / * Tabela TACO / * Rótulos dos alimentos

****Cardápio sujeito a alterações****

NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.

FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.



Tatiany R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatiany R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica

UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 14/07/2025	Terça-Feira 15/07/2025	Quarta-Feira 16/07/2025	Quinta-Feira 17/07/2025	Sexta-Feira 18/07/2025
08h00	Lanche da manhã					
12h00	Almoço	RECESSO ESCOLAR				
15h00	Lanche da tarde					
	Saída					

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

	Kcal	Proteínas 10 a 15%	Lipídios 15 a 30%	Carboidratos 55 a 65%
* Média Semanal -				

Fonte: * Planilha Plan PNAE / * Tabela TACO / * Rótulos dos alimentos

****Cardápio sujeito a alterações****

NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.

FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.



Tatiany R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatiany R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica

UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 21/07/2025	Terça-Feira 22/07/2025	Quarta-Feira 23/07/2025	Quinta-Feira 24/07/2025	Sexta-Feira 25/07/2025
08h00	Lanche da manhã					
12h00	Almoço	RECESSO ESCOLAR				
15h00	Lanche da tarde					
	Saída					

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

	Kcal	Proteínas 10 a 15%	Lipídios 15 a 30%	Carboidratos 55 a 65%
* Média Semanal -				

Fonte: * Planilha Plan PNAE / * Tabela TACO / * Rótulos dos alimentos

****Cardápio sujeito a alterações****

NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.

FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.



Tatiany R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatiany R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica

UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 28/07/2025	Terça-Feira 29/07/2025	Quarta-Feira 30/07/2025	Quinta-Feira 31/07/2025	Sexta-Feira
08h00	Lanche da manhã		➤ Leite com chocolate ➤ Pão com requeijão	➤ Leite ➤ Pão com requeijão	➤ Ovos mexidos	
12h00	Almoço		➤ Arroz/ Feijão ➤ Carne com batatas ➤ Salada de tomate	➤ Arroz/ Feijão ➤ Frango refogado com cenoura ➤ Salada de repolho	➤ Arroz/ Feijão ➤ Lombo desfiado ➤ Virado de abobrinha ➤ Maçã	
15h00	Lanche da tarde		➤ Pão com margarina ➤ Suco	➤ Torta de frango com legumes ➤ Suco	➤ Pão com requeijão ➤ Suco	
	Saída		➤ Bolacha	➤ Bolacha	➤ Bolacha	

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%	
* Média Semanal -	511,96	22 g	17%	14 g	511,96	22 g	17%

Fonte: * Planilha Plan PNAE / * Tabela TACO / * Rótulos dos alimentos

****Cardápio sujeito a alterações****

NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.

FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.



Tatiany R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatiany R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica