



UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira 01/08/2025
07h30	Entrada					➤ Leite ➤ Bolacha
10h00	Refeição Manhã					➤ Arroz/ Feijão ➤ Fricassé de Frango ➤ Batata Assada ➤ Bolo de Chocolate
15h00	Refeição Tarde					➤ Arroz/ Feijão ➤ Fricassé de Frango ➤ Batata Assada ➤ Bolo de Chocolate
	Saída					➤ Bolacha

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

	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lípidios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%	
Média Semanal – 4 a 5 anos	337,41	13g	16%	8g	337,41	13g	16%

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 04/08/2025	Terça-Feira 05/08/2025	Quarta-Feira 06/08/2025	Quinta-Feira 07/08/2025	Sexta-Feira 08/08/2025
07h30	Entrada	➤ Leite com chocolate	➤ Leite ➤ Bolacha	➤ Leite ➤ Bolacha	➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Bolacha
10h00	Refeição Manhã	➤ Arroz/ Feijão ➤ Omelete com espinafre ➤ Salada de tomate	➤ Arroz/ Feijão ➤ Kibe assado ➤ Salada de Beterraba	➤ Macarrão com molho ➤ Frango refogado ➤ Salada de acelga ➤ Abacaxi	➤ Arroz/ Feijão ➤ Lombo refogado com cenoura ➤ Banana	➤ Arroz/ Feijão ➤ Frango desfiado com molho ➤ Polenta
15h00	Refeição Tarde	➤ Arroz/ Feijão ➤ Omelete com espinafre ➤ Salada de tomate	➤ Arroz/ Feijão ➤ Kibe assado ➤ Salada de Beterraba	➤ Macarrão com molho ➤ Frango refogado ➤ Salada de acelga ➤ Abacaxi	➤ Arroz/ Feijão ➤ Lombo refogado com cenoura ➤ Banana	➤ Arroz/ Feijão ➤ Frango desfiado com molho ➤ Polenta
	Saída	➤ Bolacha	➤ 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 – 4 a 5 anos	301,02	13g	22%	7g	22%	47g	62%

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 11/08/2025	Terça-Feira 12/08/2025	Quarta-Feira 13/08/2025	Quinta-Feira 14/08/2025	Sexta-Feira 15/08/2025
07h30	Entrada	➤ Leite com chocolate	➤ Leite ➤ Bolacha	➤ Leite ➤ Bolacha	➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Bolacha
10h00	Refeição Manhã	➤ Arroz/ Feijão ➤ Virado de ovos ➤ Salada de abobrinha	➤ Arroz/ Feijão ➤ Estrogonofe de abóbora com frango ➤ Salada de repolho	➤ Arroz ➤ Feijoadinha com lombo ➤ Salada de couve	➤ Arroz/ Feijão ➤ Carne com batatas ➤ Maçã	➤ Macarrão alho e óleo ➤ Frango ensopado ➤ Salada de tomates ➤ Laranja
15h00	Refeição Tarde	➤ Arroz/ Feijão ➤ Virado de ovos ➤ Salada de abobrinha	➤ Arroz/ Feijão ➤ Estrogonofe de abóbora com frango ➤ Salada de repolho	➤ Arroz ➤ Feijoadinha com lombo ➤ Salada de couve	➤ Arroz/ Feijão ➤ Carne com batatas ➤ Maçã	➤ Macarrão alho e óleo ➤ Frango ensopado ➤ Salada de tomates ➤ Laranja
	Saída	➤ Bolacha	➤ 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 – 4 a 5 anos	337,41	13g	16%	8g	337,41	13g	16%

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 18/08/2025	Terça-Feira 19/08/2025	Quarta-Feira 20/08/2025	Quinta-Feira 21/08/2025	Sexta-Feira 22/08/2025
07h30	Entrada	➤ Leite com chocolate	➤ Leite ➤ Bolacha	➤ Leite ➤ Bolacha	➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Bolacha
10h00	Refeição Manhã	➤ Arroz/ Feijão ➤ Lombo refogado ➤ Mandioca cozida temperada com orégano	➤ Arroz/ Feijão ➤ Cuscuz de frango com legumes (cenoura e abobrinha)	➤ Arroz/ Feijão ➤ Escondidinho de batata com carne desfiada ➤ Salada de acelga	➤ Arroz/ Feijão ➤ Peixe assado com tomate e cebola ➤ Salada de couve ➤ Melancia	➤ Arroz/ Feijão ➤ Omelete de forno ➤ Seleta de legumes (batata/ cenoura/ milho) ➤ Melão
15h00	Refeição Tarde	➤ Arroz/ Feijão ➤ Lombo refogado ➤ Mandioca cozida temperada com orégano	➤ Arroz/ Feijão ➤ Cuscuz de frango com legumes (cenoura e abobrinha)	➤ Arroz/ Feijão ➤ Escondidinho de batata com carne desfiada ➤ Salada de acelga	➤ Arroz/ Feijão ➤ Peixe assado com tomate e cebola ➤ Salada de couve ➤ Melancia	➤ Arroz/ Feijão ➤ Omelete de forno ➤ Seleta de legumes (batata/ cenoura/ milho) ➤ Melão
	Saída	➤ Bolacha	➤ 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 – 4 a 5 anos	301,02	13g	22%	7g	301,02	13g	22%

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 25/08/2025	Terça-Feira 26/08/2025	Quarta-Feira 27/08/2025	Quinta-Feira 28/08/2025	Sexta-Feira 29/08/2025
07h30	Entrada	➤ Leite com chocolate	➤ Leite ➤ Bolacha	➤ Leite ➤ Bolacha	➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Bolacha
10h00	Refeição Manhã	➤ Arroz/ Feijão ➤ Frango desfiado com molho ➤ Purê de Batatas	➤ Arroz ➤ Feijoadinha com linguiça de pernil ➤ Farofa de abobrinha	➤ Arroz/ Feijão ➤ Carne de panela com legumes (batata doce e cenoura)	➤ Arroz/ Feijão ➤ Sobrecoxa ensopada ➤ Salada de repolho ➤ Banana	➤ Arroz/ Feijão ➤ Omelete de forno ➤ Salada de beterraba ➤ Maçã
15h00	Refeição Tarde	➤ Arroz/ Feijão ➤ Frango desfiado com molho ➤ Purê de Batatas	➤ Arroz ➤ Feijoadinha com linguiça de pernil ➤ Farofa de abobrinha	➤ Arroz/ Feijão ➤ Carne de panela com legumes (batata doce e cenoura)	➤ Arroz/ Feijão ➤ Sobrecoxa ensopada ➤ Salada de repolho ➤ Banana	➤ Arroz/ Feijão ➤ Omelete de forno ➤ Salada de beterraba ➤ Maçã
	Saída	➤ Bolacha	➤ 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 – 4 a 5 anos	226,14	15g	27%	7g	27%	40g	58%

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