



UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira 01/08/2025
08h00	Lanche da manhã					➤ Pão com requeijão ➤ Leite
12h00	Almoço					➤ Arroz/ Feijão ➤ Fricassê de Frango ➤ Batata Assada
15h00	Lanche da tarde					➤ Bolo de Chocolate ➤ Suco integral
	Saída					➤ 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 04/08/2025	Terça-Feira 05/08/2025	Quarta-Feira 06/08/2025	Quinta-Feira 07/08/2025	Sexta-Feira 08/08/2025
08h00	Lanche da manhã	➤ Leite com chocolate ➤ Pão com requeijão	➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Pão com margarina	➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Pão com requeijão
12h00	Almoço	➤ Arroz/ Feijão ➤ Omelete com espinafre ➤ Salada de tomate	➤ Arroz/ Feijão ➤ Kibe assado ➤ Salada de Beterraba	➤ Macarrão com molho ➤ Frango refogado ➤ Salada de acelga ➤	➤ Arroz/ Feijão ➤ Lombo refogado com cenoura ➤ Banana	➤ Arroz/ Feijão ➤ Frango desfiado com molho ➤ Polenta ➤ Melancia
15h00	Lanche da tarde	➤ Pão com geléia ➤ Suco integral	➤ Pão com requeijão ➤ Suco integral	➤ Pão com salpicão de frango ➤ Suco integral	➤ Pão com requeijão ➤ Suco integral	➤ Torta de frango com legumes ➤ Suco integral
	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 -	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 11/08/2025	Terça-Feira 12/08/2025	Quarta-Feira 13/08/2025	Quinta-Feira 14/08/2025	Sexta-Feira 15/08/2025
08h00	Lanche da manhã	➤ Leite com chocolate ➤ Pão com requeijão	➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Pão com margarina	➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Pão com requeijão
12h00	Almoço	➤ 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	Lanche da tarde	➤ Pão com geléia ➤ Suco integral	➤ Pão com requeijão ➤ Suco integral	➤ Pão com lombo desfiado ➤ Suco integral	➤ Pão com requeijão ➤ Suco integral	➤ Vitamina de frutas ➤ Pipoca
	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 -	498,03	18 g	15 %	15 g	498,03	18 g	15 %

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
08h00	Lanche da manhã	➤ Leite com chocolate ➤ Pão com requeijão	➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Pão com margarina	➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Pão com requeijão
12h00	Almoço	➤ 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) ➤ Banana
15h00	Lanche da tarde	➤ Pão com geléia ➤ Suco integral	➤ Pão com requeijão ➤ Suco integral	➤ Pão com carne desfiada ➤ Suco integral	➤ Pão com margarina ➤ Suco integral	➤ Bolo de Banana ➤ Suco integral
	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%		Lípidios 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 25/08/2025	Terça-Feira 26/08/2025	Quarta-Feira 27/08/2025	Quinta-Feira 28/08/2025	Sexta-Feira 29/08/2025
08h00	Lanche da manhã	➤ Leite com chocolate ➤ Pão com requeijão	➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Pão com margarina	➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Pão com margarina
12h00	Almoço	➤ 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 ➤ Laranja	➤ Arroz/ Feijão ➤ Omelete de forno ➤ Salada de beterraba ➤ Maçã
15h00	Lanche da tarde	➤ Pão com geléia ➤ Suco	➤ Pão com requeijão ➤ Suco integral	➤ Pão com carne desfiada ➤ Suco integral	➤ Pão com requeijão ➤ Suco integral	➤ Torta de legumes com carne moída ➤ Suco integral
	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 -	498,03	18 g	15 %	15 g	498,03	18 g	15 %

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