



Creches e Cemeis (Creche Margareth Alves M. Ferreira, Creche Profª Rose Fachini, Creche Sossego Da Mamãe, Cemei Edith B. Vasconcellos, Cemei Saci Pererê, Cemei Milhen Carlos Farhat)

Modalidade: Creche (1 – 3 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818


Natiele Aldrovandi
Nutricionista
CRN-3 37818

OBSERVAÇÕES: POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 03/11/2025	TERÇA 04/11/2025	QUARTA 05/11/2025	QUINTA 06/11/2025	SEXTA 07/11/2025
Café da manhã 7h30	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g
Almoço 10h30	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Filé de Frango Grelhado - 20 g Polenta - 0,5 concha pequena Suco de abacaxi - 80 g	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Strogonoff de carne bovina (acém) - 20 g Alface crespa crua - 10 g	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Carne de panela (músculo) com batata doce - 20 g Almeirão cru - 10 g	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Pernil suíno em cubos cozido - 20 g Salada de repolho e tomate - 1 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 0,6 colher de arroz Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Salada de pepino - 20 g
Lanche da tarde I 13h	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g Tangerina Poncã crua - 44 g	Banana nanica crua - 24 g	Melancia crua - 32 g	Tangerina Poncã crua - 44 g	Melancia crua - 32 g
Jantar 15h30	Macarrão ao molho vermelho com frango desfiado - 1 concha média cheia	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com macarrão e carne bovina - 1,5 concha média	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com macarrão e carne bovina - 1,5 concha média	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com arroz e carne suína - 1,5 concha média	Macarrão ao molho vermelho com frango desfiado - 1 concha média cheia

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 641,31 kcal = 2683,25 kj	Proteína 25,12 g (15,8% VET)	Lipídios 9,59 g (13,6% VET)	Carboidratos 112,48 g (70,7% VET)	Fibra alimentar 7,34 g
Cálcio 230,79 mg	Ferro 3,11 mg	Retinol (Vitamina A) 121,40 mcg	Vitamina C 13,74 mg	Custo R\$ 5,87



Creches e Cemeis (Creche Margareth Alves M. Ferreira, Creche Profª Rose Fachini, Creche Sossego Da Mamãe, Cemei Edith B. Vasconcellos, Cemei Saci Pererê, Cemei Milhen Carlos Farhat)

Modalidade: Creche (1 – 3 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818


Natiele Aldrovandi
Nutricionista
CRN-3 37818

OBSERVAÇÕES: FAROFA DE ABOBRINHA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com abóbora verde ralada, cenoura ralada e couve picada. CREME DE MILHO: molho branco composto por milho verde liquidificado, leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 10/11/2025	TERÇA 11/11/2025	QUARTA 12/11/2025	QUINTA 13/11/2025	SEXTA 14/11/2025
Café da manhã 7h30	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g
Almoço 10h30	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata - 20 g	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Bife bovino (acém) em tiras - 20 g Salada de alface com almeirão - 20 g	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Pernil suíno em cubos cozido - 20 g Farofa com cenoura e couve - 0,3 colher de arroz Ovos Mexidos - 0,4 colher de arroz	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas - 20 g	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Frango (coxa e sobrecoxa) ao molho de tomate - 20 g Creme de milho - 0,3 concha média
Lanche da tarde I 13h	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g Tangerina Poncã crua - 44 g	Laranja pêra crua - 33 g	Banana nanica crua - 24 g	Tangerina Poncã crua - 44 g	Laranja pêra crua - 33 g
Jantar 15h30	Macarrão à bolonhesa (carne bovina acém moído ao molho de tomate) - 0,2 meia concha média	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com macarrão e carne bovina - 1,5 concha média	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com arroz e carne suína - 1,5 concha média	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com macarrão e carne bovina - 1,5 concha média	Macarrão ao molho vermelho com frango desfiado - 1 concha média cheia

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 605,87 kcal = 2534,96 kj	Proteína 23,39 g (15,6% VET)	Lipídios 9,71 g (14,5% VET)	Carboidratos 105,08 g (69,9% VET)	Fibra alimentar 7,26 g
Cálcio 235,38 mg	Ferro 3,06 mg	Retinol (Vitamina A) 121,25 mcg	Vitamina C 20,61 mg	Custo R\$ 4,96



Creches e Cemeis (Creche Margareth Alves M. Ferreira, Creche Profª Rose Fachini, Creche Sossego Da Mamãe, Cemei Edith B. Vasconcellos, Cemei Saci Pererê, Cemei Milhen Carlos Farhat)

Modalidade: Creche (1 – 3 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818


Natiele Aldrovandi
Nutricionista
CRN-3 37818

OBSERVAÇÕES: STROGONOFF FRANGO: coxa de frango refogada com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA17/11/2025	TERÇA18/11/2025	QUARTA19/11/2025	QUINTA20/11/2025	SEXTA21/11/2025
Café da manhã 7h30	Leite de vaca integral com cacau - 0,5 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,5 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,5 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade		
Almoço 10h30	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Strogonoff de frango - 0,6 colher de arroz cheia Suco de abacaxi - 80 g	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Bife bovino (acém) em tiras - 0,4 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 20 g	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Carne de panela (músculo) com batata doce - 0,4 colher de arroz Salada de repolho - 20 g		
Lanche da tarde I 13h	Leite de vaca integral com cacau - 0,5 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade Melão cru - 48 g	Pêra Williams crua - 67 g	Melão cru - 48 g		
Jantar 15h30	Macarrão ao molho vermelho com frango desfiado - 1 concha média cheia	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com macarrão e carne bovina - 1,5 concha média	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com macarrão e carne bovina - 1,5 concha média		

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 659,24 kcal = 2758,25 kj	Proteína 27,98 g (17,1% VET)	Lipídios 9,75 g (13,4% VET)	Carboidratos 113,56 g (69,5% VET)	Fibra alimentar 7,74 g
Cálcio 226,29 mg	Ferro 3,40 mg	Retinol (Vitamina A) 101,27 mcg	Vitamina C 8,87 mg	Custo R\$ 6,97



Creches e Cemeis (Creche Margareth Alves M. Ferreira, Creche Profª Rose Fachini, Creche Sossego Da Mamãe, Cemei Edith B. Vasconcellos, Cemei Saci Pererê, Cemei Milhen Carlos Farhat)

Modalidade: Creche (1 – 3 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818


Natiele Aldrovandi
Nutricionista
CRN-3 37818

OBSERVAÇÕES: GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada. FAROFA DE ABOBRINHA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com abóbora verde ralada, cenoura ralada e couve picada. SALADA DE MACARRÃO cozido, com batata, cenoura e ervilha previamente cozidas, e molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 24/11/2025	TERÇA 25/11/2025	QUARTA 26/11/2025	QUINTA 27/11/2025	SEXTA 28/11/2025
Café da manhã 7h30	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g
Almoço 10h30	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Bife bovino (acém) em tiras - 20 g Salada cremosa de macarrão com batata, cenoura e ervilha - 0,4 colher de arroz	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas - 20 g Alface crespa crua - 10 g	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 20 g Carne de panela (músculo) com purê de abóbora madura - 0,4 colher de arroz Almeirão cru - 10 g	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Pernil suíno em cubos cozido - 20 g Farofa com cenoura e couve - 0,3 colher de arroz	Galinhada com cenoura e vagem - 0,6 colher de arroz Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Acelga crua - 10 g
Lanche da tarde I 13h	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g Pêra Williams crua - 67 g	Laranja pêra crua - 33 g	Banana nanica crua - 24 g	Pêra Williams crua - 67 g	Laranja pêra crua - 33 g
Jantar 15h30	Macarrão à bolonhesa (carne bovina acém moído ao molho de tomate) - 0,2 meia concha média	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com macarrão e carne bovina - 1,5 concha média	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com macarrão e carne bovina - 1,5 concha média	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com arroz e carne suína - 1,5 concha média	Macarrão ao molho vermelho com frango desfiado - 1 concha média cheia

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 600,59 kcal = 2512,85 kj	Proteína 23,27 g (15,6% VET)	Lipídios 8,74 g (13,2% VET)	Carboidratos 106,23 g (71,2% VET)	Fibra alimentar 7,70 g
Cálcio 233,28 mg	Ferro 2,96 mg	Retinol (Vitamina A) 125,89 mcg	Vitamina C 13,05 mg	Custo R\$ 5,40



Emeis (Emei Assumpta Scatena Garcia, Emei Sítio Do Pica Pau Amarelo, Emei Emília, Emei Marquês De Rabicó)

Modalidade: Pré-escola (4 - 5 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818


Natiele Aldrovandi
Nutricionista
CRN-3 37818

OBSERVAÇÕES: POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 03/11/2025	TERÇA 04/11/2025	QUARTA 05/11/2025	QUINTA 06/11/2025	SEXTA 07/11/2025
Café da manhã 8h	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g
Almoço 11h	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Filé de Frango Grelhado - 1,5 unidade Polenta - 1 concha pequena Suco de abacaxi - 100 g	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Strogonoff de carne bovina (acém) - 0,4 concha média Alface crespa crua - 20 g	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Carne de panela (músculo) com batata doce - 0,5 colher de arroz Almeirão cru - 10 g	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 0,5 colher de arroz Salada de repolho e tomate - 1 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 1 colher de arroz Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Salada de pepino - 40 g
Lanche da tarde I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g Tangerina Poncã crua - 59 g	Banana nanica crua - 36 g	Melancia crua - 47 g	Tangerina Poncã crua - 59 g	Melancia crua - 47 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia
554,28 kcal = 2319,11 kj

Proteína
20,47 g (14,8% VET)

Lipídios
9,13 g (14,9% VET)

Carboidratos
97,02 g (70,3% VET)

Fibra alimentar
6,51 g

Cálcio 283,91 mg	Ferro 2,72 mg	Retinol (Vitamina A) 37,78 mcg	Vitamina C 16,40 mg	Custo R\$ 3,44
---------------------	------------------	-----------------------------------	------------------------	-------------------

OBSERVAÇÕES: FAROFA DE ABOBRINHA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com abóbora verde ralada, cenoura ralada e couve picada. CREME DE MILHO: molho branco composto por milho verde liquidificado, leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA10/11/2025	TERÇA11/11/2025	QUARTA12/11/2025	QUINTA13/11/2025	SEXTA14/11/2025
Café da manhã8h	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g
Almoço11h	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata - 0,5 colher de arroz	Salada de alface com almeirão - 25 g Bife bovino (acém) em tiras - 0,5 colher de arroz cheia Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 0,5 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 0,5 colher de arroz Ovos Mexidos - 0,5 colher de arroz	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas - 0,5 colher de arroz	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Frango (coxa e sobrecoxa) ao molho de tomate - 1 colher de arroz cheia Creme de milho - 0,4 concha média
Lanche da tarde I14h30	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g Tangerina Poncã crua - 59 g	Laranja pêra crua - 40 g	Banana nanica crua - 36 g	Tangerina Poncã crua - 59 g	Laranja pêra crua - 40 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)				
Energia 567,12 kcal = 2372,85 kj	Proteína 20,01 g (14,2% VET)	Lipídios 9,46 g (15,1% VET)	Carboidratos 99,46 g (70,7% VET)	Fibra alimentar 6,69 g

Cálcio 289,88 mg	Ferro 2,83 mg	Retinol (Vitamina A) 39,81 mcg	Vitamina C 24,19 mg	Custo R\$ 2,98
---------------------	------------------	-----------------------------------	------------------------	-------------------



Emeis (Emei Assumpta Scatena Garcia, Emei Sítio Do Pica Pau Amarelo, Emei Emília, Emei Marquês De Rabicó)

Modalidade: Pré-escola (4 - 5 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: STROGONOFF FRANGO: coxa de frango refogada com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA17/11/2025	TERÇA18/11/2025	QUARTA19/11/2025	QUINTA20/11/2025	SEXTA21/11/2025
Café da manhã8h	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g		
Almoço11h	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Strogonoff de frango - 1 colher de arroz cheia Suco de abacaxi - 100 g	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras - 0,5 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 25 g	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Carne de panela (músculo) com batata doce - 0,5 colher de arroz Salada de repolho - 30 g		
Lanche da tarde I14h30	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g Melão cru - 82 g	Pêra Williams crua - 67 g	Melão cru - 82 g		

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 557,98 kcal = 2334,60 kj	Proteína 19,78 g (14,3% VET)	Lipídios 8,35 g (13,6% VET)	Carboidratos 100,11 g (72,2% VET)	Fibra alimentar 6,73 g
Cálcio 319,61 mg	Ferro 2,89 mg	Retinol (Vitamina A) 19,08 mcg	Vitamina C 9,88 mg	Custo R\$ 3,95



Emeis (Emei Assumpta Scatena Garcia, Emei Sítio Do Pica Pau Amarelo, Emei Emília, Emei Marquês De Rabicó)

Modalidade: Pré-escola (4 - 5 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista

Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818

Natiele Aldrovandi
Nutricionista
CRN-3 37818

OBSERVAÇÕES: GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada. FAROFA DE ABOBRINHA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com abóbora verde ralada, cenoura ralada e couve picada. SALADA DE MACARRÃO cozido, com batata, cenoura e ervilha previamente cozidas, e molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 24/11/2025	TERÇA 25/11/2025	QUARTA 26/11/2025	QUINTA 27/11/2025	SEXTA 28/11/2025
Café da manhã 8h	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g
Almoço 11h	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras - 0,5 colher de arroz cheia Salada cremosa de macarrão com batata, cenoura e ervilha - 0,8 colher de arroz	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas - 0,5 colher de arroz Alface crespa crua - 20 g	Almeirão cru - 10 g Carne de panela (músculo) com purê de abóbora madura - 0,5 colher de arroz Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 0,5 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 0,5 colher de arroz	Galinhada com cenoura e vagem - 1 colher de arroz Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Acelga crua - 10 g
Lanche da tarde I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g Pêra Williams crua - 67 g	Laranja pêra crua - 40 g	Banana nanica crua - 36 g	Pêra Williams crua - 67 g	Laranja pêra crua - 40 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 548,14 kcal = 2293,43 kj	Proteína 19,20 g (14,1% VET)	Lipídios 8,04 g (13,3% VET)	Carboidratos 98,94 g (72,6% VET)	Fibra alimentar 7,21 g
-------------------------------------	---------------------------------	--------------------------------	-------------------------------------	---------------------------

Cálcio 291,19 mg	Ferro 2,71 mg	Retinol (Vitamina A) 49,61 mcg	Vitamina C 13,87 mg	Custo R\$ 3,39
---------------------	------------------	-----------------------------------	------------------------	-------------------



Ensino Fundamental I integral (Hirayuki Enomoto, Fazenda Esmeralda))

Modalidade: Fundamental I (6 – 10 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818


Natiele Aldrovandi
Nutricionista
CRN-3 37818

OBSERVAÇÕES: POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 03/11/2025	TERÇA 04/11/2025	QUARTA 05/11/2025	QUINTA 06/11/2025	SEXTA 07/11/2025
Café da manhã 8h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Pão francês com manteiga - 1 unidade Leite de vaca integral com cacau - 1 copo	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade
Almoço 11h	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Filé de Frango Grelhado - 2 unidade Polenta - 2 concha pequena Suco de abacaxi - 150 g	Alface crespa crua - 40 g Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Strogonoff de carne bovina (acém) - 0,6 concha média	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Carne de panela (músculo) com batata doce - 1,2 colher de arroz Almeirão cru - 10 g	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 0,8 colher de arroz Salada de repolho e tomate - 1 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 2,3 colher de arroz Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Salada de pepino - 50 g
Lanche da tarde I 14h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade Tangerina Poncã crua - 74 g	Banana nanica crua - 54 g	Melancia crua - 76 g	Tangerina Poncã crua - 74 g	Melancia crua - 76 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 900,38 kcal = 3767,17 kj	Proteína 34,36 g (15,3% VET)	Lipídios 15,40 g (15,5% VET)	Carboidratos 155,25 g (69,2% VET)	Fibra alimentar 11,10 g
-------------------------------------	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------------	----------------------------

Cálcio 376,01 mg	Ferro 4,70 mg	Retinol (Vitamina A) 66,95 mcg	Vitamina C 22,60 mg	Custo R\$ 5,98
---------------------	------------------	-----------------------------------	------------------------	-------------------



Ensino Fundamental I integral (Hirayuki Enomoto, Fazenda Esmeralda))

Modalidade: Fundamental I (6 – 10 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818


Natiele Aldrovandi
Nutricionista
CRN-3 37818

OBSERVAÇÕES: FAROFA DE ABOBRINHA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com abóbora verde ralada, cenoura ralada e couve picada. CREME DE MILHO: molho branco composto por milho verde liquidificado, leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 10/11/2025	TERÇA 11/11/2025	QUARTA 12/11/2025	QUINTA 13/11/2025	SEXTA 14/11/2025
Café da manhã 8h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade
Almoço 11h	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata - 1 colher de arroz	Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Bife bovino (acém) em tiras - 0,8 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 30 g	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 0,8 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 2 colher de arroz Ovos Mexidos - 0,7 colher de arroz	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas - 1 colher de arroz	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Frango (coxa e sobrecoxa) ao molho de tomate - 2 colher de arroz cheia Creme de milho - 1 concha média
Lanche da tarde I 14h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade Tangerina Poncã crua - 74 g	Laranja pêra crua - 47 g	Banana nanica crua - 54 g	Tangerina Poncã crua - 74 g	Laranja pêra crua - 47 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia
937,13 kcal = 3920,96 kj

Proteína
33,59 g (14,4% VET)

Lipídios
15,97 g (15,4% VET)

Carboidratos
163,27 g (70,1% VET)

Fibra alimentar
12,15 g

Cálcio 400,78 mg	Ferro 4,93 mg	Retinol (Vitamina A) 96,98 mcg	Vitamina C 33,07 mg	Custo R\$ 5,26
---------------------	------------------	-----------------------------------	------------------------	-------------------



Ensino Fundamental I integral (Hirayuki Enomoto, Fazenda Esmeralda))

Modalidade: Fundamental I (6 – 10 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: STROGONOFF FRANGO: coxa de frango refogada com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA17/11/2025	TERÇA18/11/2025	QUARTA19/11/2025	QUINTA20/11/2025	SEXTA21/11/2025
Café da manhã8h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Pão francês com manteiga - 1 unidade Leite de vaca integral com cacau - 1 copo	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade		
Almoço11h	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Strogonoff de frango - 1,2 colher de arroz cheia Suco de abacaxi - 150 g	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras - 0,8 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 30 g	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Carne de panela (músculo) com batata doce - 1,2 colher de arroz Salada de repolho - 40 g		
Lanche da tarde14h	Melão cru - 91 g Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Pêra Williams crua - 75 g	Melão cru - 91 g		

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 846,62 kcal = 3542,28 kj	Proteína 31,42 g (15,0% VET)	Lipídios 12,97 g (13,9% VET)	Carboidratos 149,49 g (71,2% VET)	Fibra alimentar 10,67 g
Cálcio 414,00 mg	Ferro 4,79 mg	Retinol (Vitamina A) 23,32 mcg	Vitamina C 12,80 mg	Custo R\$ 6,17



Ensino Fundamental I integral (Hirayuki Enomoto, Fazenda Esmeralda))

Modalidade: Fundamental I (6 – 10 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada. FAROFA DE ABOBRINHA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com abóbora verde ralada, cenoura ralada e couve picada. SALADA DE MACARRÃO cozido, com batata, cenoura e ervilha previamente cozidas, e molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA24/11/2025	TERÇA25/11/2025	QUARTA26/11/2025	QUINTA27/11/2025	SEXTA28/11/2025
Café da manhã8h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade
Almoço11h	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras - 0,8 colher de arroz cheia Salada cremosa de macarrão com batata, cenoura e ervilha - 1,5 colher de arroz	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas - 1 colher de arroz Alface crespa crua - 40 g	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Carne de panela (músculo) com purê de abóbora madura - 1,2 colher de arroz Almeirão cru - 10 g	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 0,8 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 2 colher de arroz	Galinhada com cenoura e vagem - 2,3 colher de arroz Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Acelga crua - 10 g
Lanche da tarde I14h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade Pêra Williams crua - 75 g	Laranja pêra crua - 47 g	Banana nanica crua - 54 g	Pêra Williams crua - 75 g	Laranja pêra crua - 47 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 930,36 kcal = 3892,64 kj	Proteína 33,80 g (14,6% VET)	Lipídios 14,08 g (13,7% VET)	Carboidratos 165,63 g (71,7% VET)	Fibra alimentar 12,72 g
-------------------------------------	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------------	----------------------------

Cálcio 402,21 mg	Ferro 4,87 mg	Retinol (Vitamina A) 124,99 mcg	Vitamina C 20,35 mg	Custo R\$ 6,22
---------------------	------------------	------------------------------------	------------------------	-------------------



Ensino Fundamental I parcial (Celda Mello, Maria Elza)

Modalidade: Fundamental I (6 – 10 anos)

Zona: Urbana

Período: Parcial

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA03/11/2025	TERÇA04/11/2025	QUARTA05/11/2025	QUINTA06/11/2025	SEXTA07/11/2025
Almoço 10h	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Filé de Frango Grelhado – 1,5 unidade Polenta – 1 concha pequena Suco de abacaxi – 150 g Banana nanica crua – 1 unidade média	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Strogonoff de carne bovina (acém) – 0,6 concha média Alface crespa crua – 40 g	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Carne de panela (músculo) com batata doce – 1 colher de arroz Almeirão cru – 10 g Tangerina Poncã crua – 1 unidade pequena	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido – 0,8 colher de arroz Salada de repolho e tomate – 1 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem – 2 colher de arroz Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Salada de pepino – 50 g Melancia crua – 1 fatia pequena

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 623,65 kcal = 2.609,36 kj	Proteína 26,27 g (17,0% VET)	Lipídios 9,70 g (14,1% VET)	Carboidratos 106,85 g (69,0% VET)	Fibra alimentar 8,17 g
Cálcio 67,93 mg	Ferro 3,59 mg	Retinol (Vitamina A) 55,73 mcg	Vitamina C 16,61 mg	Custo R\$ 5,20



Ensino Fundamental I parcial (Celda Mello, Maria Elza)

Modalidade: Fundamental I (6 – 10 anos)

Zona: Urbana

Período: Parcial

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: FAROFA DE ABOBRINHA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com abóbora verde ralada, cenoura ralada e couve picada. CREME DE MILHO: molho branco composto por milho verde liquidificado, leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA10/11/2025	TERÇA11/11/2025	QUARTA12/11/2025	QUINTA13/11/2025	SEXTA14/11/2025
Almoço 10h	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata – 1 colher de arroz Laranja pêra crua – 0,3 unidade média	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras – 0,8 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão – 30 g	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido – 0,8 colher de arroz Farofa com cenoura e couve – 1 colher de arroz Ovos Mexidos – 0,7 colher de arroz Tangerina Poncã crua – 0,5 unidade pequena	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas – 0,7 colher de arroz	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Frango (coxa e sobrecoxa) ao molho de tomate – 1 colher de arroz cheia Creme de milho – 0,5 concha média Banana nanica crua – 1 unidade média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 656,67 kcal = 2.747,49 kj	Proteína 25,30 g (15,6% VET)	Lipídios 10,37 g (14,4% VET)	Carboidratos 113,92 g (70,1% VET)	Fibra alimentar 8,62 g
Cálcio 72,40 mg	Ferro 3,75 mg	Retinol (Vitamina A) 60,42 mcg	Vitamina C 15,77 mg	Custo R\$ 4,09



Ensino Fundamental I parcial (Celda Mello, Maria Elza)

Modalidade: Fundamental I (6 – 10 anos)

Zona: Urbana

Período: Parcial

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: STROGONOFF FRANGO: coxa de frango refogada com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA17/11/2025	TERÇA18/11/2025	QUARTA19/11/2025	QUINTA20/11/2025	SEXTA21/11/2025
Almoço 10h	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Strogonoff de frango – 1,2 colher de arroz cheia Suco de abacaxi – 150 g Pêra Williams crua – 0,5 unidade média	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras – 0,8 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão – 30 g	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Carne de panela (músculo) com batata doce – 1 colher de arroz Salada de repolho – 40 g Melão cru – 1 fatia pequena		

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 606,01 kcal = 2.535,53 kj	Proteína 24,80 g (16,5% VET)	Lipídios 8,31 g (12,5% VET)	Carboidratos 106,41 g (71,0% VET)	Fibra alimentar 8,03 g
Cálcio 74,48 mg	Ferro 3,68 mg	Retinol (Vitamina A) 22,84 mcg	Vitamina C 9,08 mg	Custo R\$ 5,35



Ensino Fundamental I parcial (Celda Mello, Maria Elza)

Modalidade: Fundamental I (6 – 10 anos)

Zona: Urbana

Período: Parcial

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada. FAROFA DE ABOBRINHA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com abóbora verde ralada, cenoura ralada e couve picada. SALADA DE MACARRÃO cozido, com batata, cenoura e ervilha previamente cozidas, e molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA24/11/2025	TERÇA25/11/2025	QUARTA26/11/2025	QUINTA27/11/2025	SEXTA28/11/2025
Almoço10h	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras – 0,8 colher de arroz cheia Salada cremosa de macarrão com batata, cenoura e ervilha – 0,8 colher de arroz Laranja pêra crua – 0,4 unidade média	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas – 0,7 colher de arroz Alface crespa crua – 40 g	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Carne de panela (músculo) com purê de abóbora madura – 1 colher de arroz Almeirão cru – 10 g Banana nanica crua – 1 unidade média	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido – 0,8 colher de arroz Farofa com cenoura e couve – 1 colher de arroz	Galinhada com cenoura e vagem – 2 colher de arroz Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Acelga crua – 10 g Pêra Williams crua – 0,5 unidade média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 629,23 kcal = 2.632,68 kj	Proteína 25,63 g (16,4% VET)	Lipídios 8,87 g (12,8% VET)	Carboidratos 110,26 g (70,7% VET)	Fibra alimentar 8,80 g
Cálcio 73,99 mg	Ferro 3,67 mg	Retinol (Vitamina A) 82,58 mcg	Vitamina C 13,25 mg	Custo R\$ 4,95



Ensino Fundamental II integral (Agnes Liedtke, Francisco Schmidt, Mitsusada Umetani)

Modalidade: Fundamental II (11 - 15 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818


Natiele Aldrovandi
Nutricionista
CRN-3 37818

OBSERVAÇÕES: POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 03/11/2025	TERÇA 04/11/2025	QUARTA 05/11/2025	QUINTA 06/11/2025	SEXTA 07/11/2025
Café da manhã 9h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade
Almoço 12h	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Filé de Frango Grelhado - 3 unidade Polenta - 2 concha pequena Suco de abacaxi - 200 g	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Strogonoff de carne bovina (acém) - 2 concha média Alface crespa crua - 40 g	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Carne de panela (músculo) com batata doce - 2 colher de arroz Almeirão cru - 10 g	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 2 colher de arroz Salada de repolho e tomate - 1 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 4 colher de arroz Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Salada de pepino - 60 g
Lanche da tarde I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade Tangerina Poncã crua - 74 g	Banana nanica crua - 54 g	Melancia crua - 76 g	Tangerina Poncã crua - 74 g	Melancia crua - 76 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.367,48 kcal = 5.721,55 kJ	Proteína 59,18 g (17,4% VET)	Lipídios 25,18 g (16,7% VET)	Carboidratos 223,64 g (65,9% VET)	Fibra alimentar 17,31 g
--	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------------	----------------------------

Cálcio 448,43 mg	Ferro 7,99 mg	Retinol (Vitamina A) 90,52 mcg	Vitamina C 25,37 mg	Custo R\$ 10,42
---------------------	------------------	-----------------------------------	------------------------	--------------------



Ensino Fundamental II integral (Agnes Liedtke, Francisco Schmidt, Mitsusada Umetani)

Modalidade: Fundamental II (11 - 15 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818


Natiele Aldrovandi
Nutricionista
CRN-3 37818

OBSERVAÇÕES: FAROFA DE ABOBRINHA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com abóbora verde ralada, cenoura ralada e couve picada. CREME DE MILHO: molho branco composto por milho verde liquidificado, leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 10/11/2025	TERÇA 11/11/2025	QUARTA 12/11/2025	QUINTA 13/11/2025	SEXTA 14/11/2025
Café da manhã 9h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade
Almoço 12h	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata - 2 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras - 1,5 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 30 g	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 2 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 2 colher de arroz Ovos Mexidos - 1 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas - 2 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Frango (coxa e sobrecoxa) ao molho de tomate - 3 colher de arroz cheia Creme de milho - 2 concha média
Lanche da tarde I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade Tangerina Poncã crua - 74 g	Laranja pêra crua - 47 g	Banana nanica crua - 54 g	Tangerina Poncã crua - 74 g	Laranja pêra crua - 47 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.425,05 kcal = 5.962,40 kj	Proteína 56,86 g (16,1% VET)	Lipídios 25,80 g (16,4% VET)	Carboidratos 238,59 g (67,5% VET)	Fibra alimentar 19,11 g
--	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------------	----------------------------

Cálcio 463,24 mg	Ferro 8,22 mg	Retinol (Vitamina A) 115,21 mcg	Vitamina C 37,58 mg	Custo R\$ 9,15
---------------------	------------------	------------------------------------	------------------------	-------------------



Ensino Fundamental II integral (Agnes Liedtke, Francisco Schmidt, Mitsusada Umetani)

Modalidade: Fundamental II (11 – 15 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818


Natiele Aldrovandi
Nutricionista
CRN-3 37818

OBSERVAÇÕES: STROGONOFF FRANGO: coxa de frango refogada com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA17/11/2025	TERÇA18/11/2025	QUARTA19/11/2025	QUINTA20/11/2025	SEXTA21/11/2025
Café da manhã9h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade		
Almoço12h	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Strogonoff de frango - 3 colher de arroz cheia Suco de abacaxi - 200 g	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras - 1,8 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 30 g	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Carne de panela (músculo) com batata doce - 2 colher de arroz Salada de repolho - 50 g		
Lanche da tarde I14h30	Pão francês com manteiga - 1 unidade Melão cru - 91 g Leite de vaca integral com cacau - 1 copo	Pêra Williams crua - 75 g	Melão cru - 91 g		

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.319,47 kcal = 5.520,64 kj	Proteína 55,07 g (16,9% VET)	Lipídios 21,45 g (14,8% VET)	Carboidratos 223,31 g (68,4% VET)	Fibra alimentar 16,95 g
Cálcio 487,38 mg	Ferro 8,14 mg	Retinol (Vitamina A) 27,20 mcg	Vitamina C 15,65 mg	Custo R\$ 10,32



Ensino Fundamental II integral (Agnes Liedtke, Francisco Schmidt, Mitsusada Umetani)

Modalidade: Fundamental II (11 - 15 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818


Natiele Aldrovandi
Nutricionista
CRN-3 37818

OBSERVAÇÕES: GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada. FAROFA DE ABOBRINHA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com abóbora verde ralada, cenoura ralada e couve picada. SALADA DE MACARRÃO cozido, com batata, cenoura e ervilha previamente cozidas, e molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 24/11/2025	TERÇA 25/11/2025	QUARTA 26/11/2025	QUINTA 27/11/2025	SEXTA 28/11/2025
Café da manhã 9h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade
Almoço 12h	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras - 2 colher de arroz cheia Salada cremosa de macarrão com batata, cenoura e ervilha - 2 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas - 1,5 colher de arroz Alface crespa crua - 40 g	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Carne de panela (músculo) com purê de abóbora madura - 2 colher de arroz Almeirão cru - 10 g	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 2 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 2 colher de arroz	Galinhada com cenoura e vagem - 4 colher de arroz Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Acelga crua - 10 g
Lanche da tarde I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade Pêra Williams crua - 75 g	Laranja pêra crua - 47 g	Banana nanica crua - 54 g	Pêra Williams crua - 75 g	Laranja pêra crua - 47 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.389,54 kcal = 5.813,85 kj	Proteína 57,05 g (16,6% VET)	Lipídios 22,85 g (14,9% VET)	Carboidratos 235,91 g (68,5% VET)	Fibra alimentar 19,14 g
--	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------------	----------------------------

Cálcio 452,76 mg	Ferro 8,15 mg	Retinol (Vitamina A) 154,88 mcg	Vitamina C 22,99 mg	Custo R\$ 10,31
---------------------	------------------	------------------------------------	------------------------	--------------------



Ensino Médio Integral (Agnes Liedtke, Francisco Schmidt, Mitsusada Umetani)

Modalidade: Ensino médio (16 – 18 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA03/11/2025	TERÇA04/11/2025	QUARTA05/11/2025	QUINTA06/11/2025	SEXTA07/11/2025
Café da manhã9h	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade
Almoço12h	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Filé de Frango Grelhado - 3 unidade Polenta - 2 concha pequena Suco de abacaxi - 200 g	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Strogonoff de carne bovina (acém) - 1,5 concha média Alface crespa crua - 40 g	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Carne de panela (músculo) com batata doce - 2 colher de arroz Almeirão cru - 15 g	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Pernil suíno em cubos cozido - 2 colher de arroz Salada de repolho e tomate - 1 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 4 colher de arroz Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Salada de pepino - 60 g
Lanche da tarde I14h30	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade Tangerina Poncã crua - 88 g	Banana nanica crua - 60 g	Melancia crua - 105 g	Tangerina Poncã crua - 88 g	Melancia crua - 105 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.463,21 kcal = 6.122,07 kj	Proteína 60,37 g (16,6% VET)	Lipídios 26,49 g (16,4% VET)	Carboidratos 243,65 g (67,0% VET)	Fibra alimentar 18,88 g
--	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------------	----------------------------

Cálcio 594,66 mg	Ferro 8,52 mg	Retinol (Vitamina A) 98,13 mcg	Vitamina C 28,87 mg	Custo R\$ 10,36
---------------------	------------------	-----------------------------------	------------------------	--------------------



Ensino Médio Integral (Agnes Liedtke, Francisco Schmidt, Mitsusada Umetani)

Modalidade: Ensino médio (16 – 18 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818


Natiele Aldrovandi
Nutricionista
CRN-3 37818

OBSERVAÇÕES: FAROFA DE ABOBRINHA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com abóbora verde ralada, cenoura ralada e couve picada. CREME DE MILHO: molho branco composto por milho verde liquidificado, leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 10/11/2025	TERÇA 11/11/2025	QUARTA 12/11/2025	QUINTA 13/11/2025	SEXTA 14/11/2025
Café da manhã 9h	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade
Almoço 12h	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata - 2 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Bife bovino (acém) em tiras - 2 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 40 g	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Pernil suíno em cubos cozido - 2 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 2 colher de arroz Ovos Mexidos - 1 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas - 2 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Frango (coxa e sobrecoxa) ao molho de tomate - 3 colher de arroz cheia Creme de milho - 2 concha média
Lanche da tarde I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade Tangerina Poncã crua - 88 g	Laranja pêra crua - 67 g	Banana nanica crua - 60 g	Tangerina Poncã crua - 88 g	Laranja pêra crua - 67 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.552,15 kcal = 6.494,17 kj	Proteína 61,59 g (16,0% VET)	Lipídios 28,65 g (16,7% VET)	Carboidratos 259,25 g (67,3% VET)	Fibra alimentar 20,79 g
--	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------------	----------------------------

Cálcio 621,62 mg	Ferro 9,00 mg	Retinol (Vitamina A) 120,69 mcg	Vitamina C 44,89 mg	Custo R\$ 9,72
---------------------	------------------	------------------------------------	------------------------	-------------------



Ensino Médio Integral (Agnes Liedtke, Francisco Schmidt, Mitsusada Umetani)

Modalidade: Ensino médio (16 – 18 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: STROGONOFF FRANGO: coxa de frango refogada com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA17/11/2025	TERÇA18/11/2025	QUARTA19/11/2025	QUINTA20/11/2025	SEXTA21/11/2025
Café da manhã9h	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade		
Almoço12h	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Strogonoff de frango - 4 colher de arroz cheia Suco de abacaxi - 200 g	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Bife bovino (acém) em tiras - 2 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 40 g	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Carne de panela (músculo) com batata doce - 2 colher de arroz Salada de repolho - 50 g		
Lanche da tarde I14h30	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade Melão cru - 144 g	Pêra Williams crua - 92 g	Melão cru - 144 g		

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.489,99 kcal = 6.234,12 kj	Proteína 62,57 g (16,9% VET)	Lipídios 25,72 g (15,7% VET)	Carboidratos 248,92 g (67,4% VET)	Fibra alimentar 18,92 g
Cálcio 680,36 mg	Ferro 9,11 mg	Retinol (Vitamina A) 35,68 mcg	Vitamina C 19,32 mg	Custo R\$ 11,47



Ensino Médio Integral (Agnes Liedtke, Francisco Schmidt, Mitsusada Umetani)

Modalidade: Ensino médio (16 – 18 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi
dos Santos
CRN 3 37818


Natiele Aldrovandi
Nutricionista
CRN-3 37818

OBSERVAÇÕES: GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada. FAROFA DE ABOBRINHA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com abóbora verde ralada, cenoura ralada e couve picada. SALADA DE MACARRÃO cozido, com batata, cenoura e ervilha previamente cozidas, e molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 24/11/2025	TERÇA 25/11/2025	QUARTA 26/11/2025	QUINTA 27/11/2025	SEXTA 28/11/2025
Café da manhã 9h	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade
Almoço 12h	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Bife bovino (acém) em tiras - 2 colher de arroz cheia Salada cremosa de macarrão com batata, cenoura e ervilha - 2 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas - 2 colher de arroz Alface crespa crua - 40 g	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Carne de panela (músculo) com purê de abóbora madura - 2 colher de arroz Almeirão cru - 15 g	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Pernil suíno em cubos cozido - 2 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 2 colher de arroz	Galinhada com cenoura e vagem - 4 colher de arroz Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Acelga crua - 15 g
Lanche da tarde I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade Pêra Williams crua - 92 g	Laranja pêra crua - 67 g	Banana nanica crua - 60 g	Pêra Williams crua - 92 g	Laranja pêra crua - 67 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia
1.498,54 kcal = 6.269,91 kj

Proteína
60,93 g (16,4% VET)

Lipídios
25,04 g (15,2% VET)

Carboidratos
254,57 g (68,5% VET)

Fibra alimentar
20,82 g

Cálcio 586,29 mg	Ferro 8,77 mg	Retinol (Vitamina A) 157,96 mcg	Vitamina C 28,77 mg	Custo R\$ 11,05
---------------------	------------------	------------------------------------	------------------------	--------------------