



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. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA01/12/2025	TERÇA02/12/2025	QUARTA03/12/2025	QUINTA04/12/2025	SEXTA05/12/2025
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
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 - 0,3 colher de arroz Macarrão à bolonhesa (carne bovina acém moído ao molho de tomate) - 0,2 meia concha média	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Strogonoff de carne bovina (acém) - 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 Couve manteiga refogada - 1 colher de sopa rasa (picado)	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Filé de Frango Grelhado - 0,4 unidade Polenta - 0,5 concha pequena
Lanche da tarde I 13h	Leite de vaca integral com cacau - 120 g Pão francês com manteiga - 30 g Banana nanica crua - 24 g	Tangerina Poncã crua - 44 g		Banana nanica crua - 24 g	Tangerina Poncã crua - 44 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	Macarrão ao molho vermelho com frango desfiado - 1 concha média cheia
-----------------	--	--	--	--	---

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 664,93 kcal = 2.782,07 kj	Proteína 22,47 g (13,5% VET)	Lipídios 16,82 g (22,8% VET)	Carboidratos 105,55 g (63,6% VET)	Fibra alimentar 7,25 g
Cálcio 239,28 mg	Ferro 2,93 mg	Retinol (Vitamina A) 114,10 mcg	Vitamina C 17,36 mg	Custo R\$ 4,65



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

REFEIÇÕES	SEGUNDA 08/12/2025	TERÇA 09/12/2025	QUARTA 10/12/2025	QUINTA 11/12/2025	SEXTA 12/12/2025
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 Strogonoff de frango - 0,6 colher de arroz cheia	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	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	Tangerina Poncã crua - 44 g	Banana nanica crua - 24 g	Laranja pêra crua - 33 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 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 687,95 kcal = 2.878,39 kj	Proteína 24,52 g (14,3% VET)	Lipídios 16,68 g (21,9% VET)	Carboidratos 109,07 g (63,7% VET)	Fibra alimentar 7,35 g
Cálcio 240,71 mg	Ferro 3,04 mg	Retinol (Vitamina A) 118,82 mcg	Vitamina C 20,11 mg	Custo R\$ 5,55



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. POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 15/12/2025	TERÇA 16/12/2025	QUARTA 17/12/2025	QUINTA 18/12/2025	SEXTA 19/12/2025
Café da manhã 7h30	Leite de vaca integral com cacau - 0,5 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Pão francês com manteiga - 0,5 unidade Leite de vaca integral com cacau - 0,5 copo	Leite de vaca integral com cacau - 0,5 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,6 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,6 unidade
Almoço 10h30	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Bife bovino (acém) em tiras - 0,3 colher de arroz cheia 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 Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata - 0,3 colher de arroz Polenta - 0,5 concha pequena 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 - 0,4 colher de arroz Salada de repolho - 20 g	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Pernil suíno em cubos cozido - 0,3 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 0,3 colher de arroz	Galinhada com cenoura e vagem - 1 colher de arroz Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Almeirão cru - 10 g
Lanche da tarde I 13h	Leite de vaca integral com cacau - 0,5 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade Mamão Formosa cru - 29 g	Melão cru - 48 g	Banana nanica crua - 24 g	Mamão Formosa cru - 29 g	Melão cru - 48 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 666,12 kcal = 2.787,05 kj	Proteína 24,34 g (14,7% VET)	Lipídios 16,11 g (21,9% VET)	Carboidratos 105,25 g (63,5% VET)	Fibra alimentar 7,43 g
Cálcio 214,39 mg	Ferro 3,13 mg	Retinol (Vitamina A) 144,48 mcg	Vitamina C 16,80 mg	Custo R\$ 5,48



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

REFEIÇÕES	SEGUNDA22/12/2025	TERÇA23/12/2025	QUARTA24/12/2025	QUINTA25/12/2025	SEXTA26/12/2025
Café da manhã7h30					
Almoço10h30					
Lanche da tarde I13h					
Jantar15h30					

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)				
Energia 0,00 kcal = 0,00 kj	Proteína 0,00 g	Lípidios 0,00 g	Carboidratos 0,00 g	Fibra alimentar 0,00 g
Cálcio 0,00 mg	Ferro 0,00 mg	Retinol (Vitamina A) 0,00 mcg	Vitamina C 0,00 mg	Custo R\$ 0,00

OBSERVAÇÕES: POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA01/12/2025	TERÇA02/12/2025	QUARTA03/12/2025	QUINTA04/12/2025	SEXTA05/12/2025
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
Almoço 11h	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 Macarrão à bolonhesa (carne bovina acém moído ao molho de tomate) - 0,6 meia concha média	Alface crespa crua - 20 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 Salada de alface com almeirão - 25 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 Couve manteiga refogada - 1 colher de sopa rasa (picado)	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Filé de Frango Grelhado - 0,8 unidade Polenta - 1 concha pequena
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	Tangerina Poncã crua - 59 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)				
Energia 708,93 kcal = 2.966,17 kj	Proteína 20,91 g (11,8% VET)	Lipídios 22,12 g (28,1% VET)	Carboidratos 106,51 g (60,1% VET)	Fibra alimentar 7,10 g

Cálcio 300,76 mg	Ferro 2,86 mg	Retinol (Vitamina A) 41,64 mcg	Vitamina C 20,38 mg	Custo R\$ 2,98
---------------------	------------------	-----------------------------------	------------------------	-------------------

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

REFEIÇÕES	SEGUNDA08/12/2025	TERÇA09/12/2025	QUARTA10/12/2025	QUINTA11/12/2025	SEXTA12/12/2025
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 Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata - 0,5 colher de arroz	Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Arroz branco cozido - 2 colher de arroz 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 Pernil suíno em cubos cozido - 0,5 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 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 I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Laranja pêra crua - 40 g	Tangerina Poncã crua - 59 g	Banana nanica crua - 36 g	Laranja pêra crua - 40 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)				
Energia 616,86 kcal = 2.580,94 kj	Proteína 18,05 g (11,7% VET)	Lipídios 20,24 g (29,6% VET)	Carboidratos 90,25 g (58,7% VET)	Fibra alimentar 6,31 g

Cálcio 283,62 mg	Ferro 2,60 mg	Retinol (Vitamina A) 36,64 mcg	Vitamina C 18,10 mg	Custo R\$ 2,88
---------------------	------------------	-----------------------------------	------------------------	-------------------



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: 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. POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida.

REFEIÇÕES	SEGUNDA15/12/2025	TERÇA16/12/2025	QUARTA17/12/2025	QUINTA18/12/2025	SEXTA19/12/2025
Café da manhã8h	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Pão francês com manteiga - 35 g Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo	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 - 0,7 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,7 unidade
Almoço11h	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 Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata - 0,5 colher de arroz Polenta - 1 concha pequena 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 Salada de repolho - 30 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 Farofa com cenoura e couve - 0,5 colher de arroz	Galinhada com cenoura e vagem - 2 colher de arroz Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Almeirão cru - 10 g
Lanche da tarde I14h30	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 35 g	Melão cru - 82 g	Banana nanica crua - 36 g	Mamão Formosa cru - 58 g	Melão cru - 82 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 691,24 kcal = 2.892,16 kj	Proteína 21,28 g (12,3% VET)	Lipídios 20,70 g (27,0% VET)	Carboidratos 104,82 g (60,7% VET)	Fibra alimentar 7,28 g
--------------------------------------	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------------	---------------------------

Cálcio 292,60 mg	Ferro 2,98 mg	Retinol (Vitamina A) 79,48 mcg	Vitamina C 17,59 mg	Custo R\$ 3,75
---------------------	------------------	-----------------------------------	------------------------	-------------------



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



REFEIÇÕES	SEGUNDA22/12/2025	TERÇA23/12/2025	QUARTA24/12/2025	QUINTA25/12/2025	SEXTA26/12/2025
Café da manhã 8h					
Almoço 11h					
Lanche da tarde I 14h30					

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 0,00 kcal = 0,00 kj	Proteína 0,00 g	Lipídios 0,00 g	Carboidratos 0,00 g	Fibra alimentar 0,00 g
Cálcio 0,00 mg	Ferro 0,00 mg	Retinol (Vitamina A) 0,00 mcg	Vitamina C 0,00 mg	Custo R\$ 0,00



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: POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA01/12/2025	TERÇA02/12/2025	QUARTA03/12/2025	QUINTA04/12/2025	SEXTA05/12/2025
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
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 Macarrão à bolonhesa (carne bovina acém moído ao molho de tomate) - 1 meia concha 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 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 Couve manteiga refogada - 1 colher de sopa cheia (picado)	Arroz branco cozido - 4 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Filé de Frango Grelhado - 2 unidade Polenta - 2 concha pequena
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	Tangerina Poncã crua - 74 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.170,47 kcal = 4.897,26 kj	Proteína 36,19 g (12,4% VET)	Lipídios 36,16 g (27,8% VET)	Carboidratos 174,96 g (59,8% VET)	Fibra alimentar 12,06 g
--	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------------	----------------------------

Cálcio 398,24 mg	Ferro 4,91 mg	Retinol (Vitamina A) 56,18 mcg	Vitamina C 27,83 mg	Custo R\$ 5,08
---------------------	------------------	-----------------------------------	------------------------	-------------------



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

REFEIÇÕES	SEGUNDA08/12/2025	TERÇA09/12/2025	QUARTA10/12/2025	QUINTA11/12/2025	SEXTA12/12/2025
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 Strogonoff de frango - 1,2 colher de arroz cheia	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 - 2 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 tarde14h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Laranja pêra crua - 47 g	Tangerina Poncã crua - 74 g	Banana nanica crua - 54 g	Laranja pêra crua - 47 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.019,18 kcal = 4.264,25 kj	Proteína 30,60 g (12,0% VET)	Lipídios 32,87 g (29,1% VET)	Carboidratos 149,80 g (58,9% VET)	Fibra alimentar 11,50 g
Cálcio 403,69 mg	Ferro 4,51 mg	Retinol (Vitamina A) 79,87 mcg	Vitamina C 24,33 mg	Custo R\$ 4,87



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. POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida.

REFEIÇÕES	SEGUNDA15/12/2025	TERÇA16/12/2025	QUARTA17/12/2025	QUINTA18/12/2025	SEXTA19/12/2025
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 - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade
Almoço11h	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras - 1 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 Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata - 1 colher de arroz Polenta - 2 concha pequena 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 - 1,2 colher de arroz Salada de repolho - 40 g	Arroz branco cozido - 4 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 1 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 1,5 colher de arroz	Galinhada com cenoura e vagem - 3 colher de arroz Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Almeirão cru - 10 g
Lanche da tarde14h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Melão cru - 91 g	Banana nanica crua - 54 g	Mamão Formosa cru - 72 g	Melão cru - 91 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.213,81 kcal = 5.078,56 kj	Proteína 38,07 g (12,6% VET)	Lipídios 36,35 g (27,0% VET)	Carboidratos 183,18 g (60,4% VET)	Fibra alimentar 13,27 g
--	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------------	----------------------------

Cálcio 402,08 mg	Ferro 5,40 mg	Retinol (Vitamina A) 146,01 mcg	Vitamina C 24,97 mg	Custo R\$ 6,48
---------------------	------------------	------------------------------------	------------------------	-------------------



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



REFEIÇÕES	SEGUNDA22/12/2025	TERÇA23/12/2025	QUARTA24/12/2025	QUINTA25/12/2025	SEXTA26/12/2025
Café da manhã 8h					
Almoço 11h					
Lanche da tarde I 14h					

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 0,00 kcal = 0,00 kj	Proteína 0,00 g	Lipídios 0,00 g	Carboidratos 0,00 g	Fibra alimentar 0,00 g
Cálcio 0,00 mg	Ferro 0,00 mg	Retinol (Vitamina A) 0,00 mcg	Vitamina C 0,00 mg	Custo R\$ 0,00



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. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA01/12/2025	TERÇA02/12/2025	QUARTA03/12/2025	QUINTA04/12/2025	SEXTA05/12/2025
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 Macarrão à bolonhesa (carne bovina acém moído ao molho de tomate) – 1 meia concha 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 Salada de alface com almeirão – 30 g Tangerina Poncã crua – 74 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 Couve manteiga refogada – 1 colher de sopa cheia (picado) Banana nanica crua – 54 g	Arroz branco cozido – 4 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Filé de Frango Grelhado – 2 unidade Polenta – 2 concha pequena

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 931,94 kcal = 3.899,22 kj	Proteína 31,30 g (13,5% VET)	Lipídios 27,09 g (26,2% VET)	Carboidratos 140,38 g (60,3% VET)	Fibra alimentar 9,88 g
Cálcio 79,99 mg	Ferro 4,04 mg	Retinol (Vitamina A) 51,80 mcg	Vitamina C 18,80 mg	Custo R\$ 4,64



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

REFEIÇÕES	SEGUNDA08/12/2025	TERÇA09/12/2025	QUARTA10/12/2025	QUINTA11/12/2025	SEXTA12/12/2025
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 Laranja pêra crua – 47 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 Pernil suíno em cubos cozido – 0,8 colher de arroz Farofa com cenoura e couve – 1 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 714,84 kcal = 2.990,89 kj	Proteína 22,93 g (12,9% VET)	Lipídios 21,94 g (27,7% VET)	Carboidratos 105,66 g (59,4% VET)	Fibra alimentar 8,27 g
Cálcio 78,13 mg	Ferro 3,40 mg	Retinol (Vitamina A) 47,41 mcg	Vitamina C 14,83 mg	Custo R\$ 3,83



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. POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida.

REFEIÇÕES	SEGUNDA15/12/2025	TERÇA16/12/2025	QUARTA17/12/2025	QUINTA18/12/2025	SEXTA19/12/2025
Almoço 10h	Arroz branco cozido – 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras – 1 colher de arroz cheia Salada cremosa de macarrão com batata, cenoura e ervilha – 1,5 colher de arroz Melão cru – 91 g	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 Polenta – 2 concha pequena 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 Salada de repolho – 40 g Banana nanica crua – 54 g	Arroz branco cozido – 4 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido – 1 colher de arroz Farofa com cenoura e couve – 1,5 colher de arroz	Galinhada com cenoura e vagem – 3 colher de arroz Feijão carioca cozido – 1 concha média rasa Almeirão cru – 10 g Mamão Formosa cru – 72 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 945,66 kcal = 3.956,65 kj	Proteína 32,25 g (13,7% VET)	Lipídios 26,07 g (24,9% VET)	Carboidratos 144,99 g (61,5% VET)	Fibra alimentar 11,07 g
Cálcio 96,51 mg	Ferro 4,42 mg	Retinol (Vitamina A) 145,76 mcg	Vitamina C 23,22 mg	Custo R\$ 5,96



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



REFEIÇÕES	SEGUNDA22/12/2025	TERÇA23/12/2025	QUARTA24/12/2025	QUINTA25/12/2025	SEXTA26/12/2025
Almoço 10h					

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 0,00 kcal = 0,00 kj	Proteína 0,00 g	Lipídios 0,00 g	Carboidratos 0,00 g	Fibra alimentar 0,00 g
Cálcio 0,00 mg	Ferro 0,00 mg	Retinol (Vitamina A) 0,00 mcg	Vitamina C 0,00 mg	Custo R\$ 0,00



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



OBSERVAÇÕES: POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA01/12/2025	TERÇA02/12/2025	QUARTA03/12/2025	QUINTA04/12/2025	SEXTA05/12/2025
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	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 Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata – 2 colher de arroz Macarrão à bolonhesa (carne bovina acém moído ao molho de tomate) – 1,5 meia concha média	Arroz branco cozido – 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 2 concha média rasa Strogonoff de carne bovina (acém) – 2 concha média 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 Couve manteiga refogada – 1 colher de sopa cheia (picado)	Arroz branco cozido – 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido – 2 concha média rasa Filé de Frango Grelhado – 2,5 unidade Polenta – 2 concha pequena
Lanche da tarde I14h30	Leite de vaca integral com cacau – 1 copo Pão francês com manteiga – 1 unidade	Tangerina Poncã crua – 74 g		Banana nanica crua – 54 g	Tangerina Poncã crua – 74 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.716,90 kcal = 7.183,51 kj	Proteína 61,42 g (14,4% VET)	Lipídios 54,91 g (28,9% VET)	Carboidratos 242,97 g (56,8% VET)	Fibra alimentar 18,23 g
--	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------------	----------------------------

Cálcio 476,52 mg	Ferro 8,30 mg	Retinol (Vitamina A) 74,11 mcg	Vitamina C 30,85 mg	Custo R\$ 9,13
---------------------	------------------	-----------------------------------	------------------------	-------------------



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

REFEIÇÕES	SEGUNDA 08/12/2025	TERÇA 09/12/2025	QUARTA 10/12/2025	QUINTA 11/12/2025	SEXTA 12/12/2025
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 Strogonoff de frango - 2 colher de arroz cheia	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	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	Laranja pêra crua - 47 g	Tangerina Poncã crua - 74 g	Banana nanica crua - 54 g	Laranja pêra crua - 47 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.547,53 kcal = 6.474,85 kj	Proteína 51,75 g (13,4% VET)	Lipídios 50,92 g (29,7% VET)	Carboidratos 219,45 g (56,9% VET)	Fibra alimentar 18,18 g
Cálcio 470,54 mg	Ferro 7,56 mg	Retinol (Vitamina A) 85,25 mcg	Vitamina C 27,56 mg	Custo R\$ 8,40



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



REFEIÇÕES	SEGUNDA15/12/2025	TERÇA16/12/2025	QUARTA17/12/2025	QUINTA18/12/2025	SEXTA19/12/2025
Café da manhã9h					
Almoço12h					
Lanche da tarde I14h30					

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia0,00 kcal = 0,00 kj	Proteína0,00 g	Lipídios0,00 g	Carboidratos0,00 g	Fibra alimentar0,00 g
Cálcio0,00 mg	Ferro0,00 mg	Retinol (Vitamina A)0,00 mcg	Vitamina C0,00 mg	CustoR\$ 0,00



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



REFEIÇÕES	SEGUNDA22/12/2025	TERÇA23/12/2025	QUARTA24/12/2025	QUINTA25/12/2025	SEXTA26/12/2025
Café da manhã9h					
Almoço12h					
Lanche da tarde I14h30					

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia0,00 kcal = 0,00 kj	Proteína0,00 g	Lipídios0,00 g	Carboidratos0,00 g	Fibra alimentar0,00 g
Cálcio0,00 mg	Ferro0,00 mg	Retinol (Vitamina A)0,00 mcg	Vitamina C0,00 mg	CustoR\$ 0,00



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. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA01/12/2025	TERÇA02/12/2025	QUARTA03/12/2025	QUINTA04/12/2025	SEXTA05/12/2025
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
Almoço12h	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 Macarrão à bolonhesa (carne bovina acém moído ao molho de tomate) - 1,5 meia concha média	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 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 Couve manteiga refogada - 1 colher de sopa cheia (picado)	Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Filé de Frango Grelhado - 3 unidade Polenta - 2 concha pequena
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	Tangerina Poncã crua - 88 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.829,71 kcal = 7.655,53 kj	Proteína 63,02 g (13,8% VET)	Lipídios 58,80 g (29,0% VET)	Carboidratos 261,14 g (57,2% VET)	Fibra alimentar 19,82 g
--	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------------	----------------------------

Cálcio 627,23 mg	Ferro 8,80 mg	Retinol (Vitamina A) 80,62 mcg	Vitamina C 34,91 mg	Custo R\$ 9,12
---------------------	------------------	-----------------------------------	------------------------	-------------------



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

REFEIÇÕES	SEGUNDA 08/12/2025	TERÇA 09/12/2025	QUARTA 10/12/2025	QUINTA 11/12/2025	SEXTA 12/12/2025
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 Strogonoff de frango - 2 colher de arroz cheia	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	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	Laranja pêra crua - 67 g	Tangerina Poncã crua - 88 g	Banana nanica crua - 60 g	Laranja pêra crua - 67 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.687,10 kcal = 7.058,83 kj	Proteína 56,20 g (13,4% VET)	Lipídios 56,23 g (30,1% VET)	Carboidratos 238,09 g (56,6% VET)	Fibra alimentar 19,77 g
Cálcio 628,36 mg	Ferro 8,30 mg	Retinol (Vitamina A) 90,06 mcg	Vitamina C 33,50 mg	Custo R\$ 8,96



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



REFEIÇÕES	SEGUNDA15/12/2025	TERÇA16/12/2025	QUARTA17/12/2025	QUINTA18/12/2025	SEXTA19/12/2025
Café da manhã 9h					
Almoço 12h					
Lanche da tarde I 14h30					

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 0,00 kcal = 0,00 kj	Proteína 0,00 g	Lípidios 0,00 g	Carboidratos 0,00 g	Fibra alimentar 0,00 g
Cálcio 0,00 mg	Ferro 0,00 mg	Retinol (Vitamina A) 0,00 mcg	Vitamina C 0,00 mg	Custo R\$ 0,00



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



REFEIÇÕES	SEGUNDA22/12/2025	TERÇA23/12/2025	QUARTA24/12/2025	QUINTA25/12/2025	SEXTA26/12/2025
Café da manhã 9h					
Almoço 12h					
Lanche da tarde I 14h30					

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 0,00 kcal = 0,00 kj	Proteína 0,00 g	Lípidios 0,00 g	Carboidratos 0,00 g	Fibra alimentar 0,00 g
Cálcio 0,00 mg	Ferro 0,00 mg	Retinol (Vitamina A) 0,00 mcg	Vitamina C 0,00 mg	Custo R\$ 0,00